

**STRATEGI KOPING MARYAM DALAM Q.S. MARYAM
[19]: 16-28 PERSPEKTIF *MA'NĀ CUM MAGZĀ***



Oleh:

Riska Wahyuni

NIM: 24205031036

TESIS

Diajukan Kepada

Program Magister (S2) Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir

Fakultas Ushuluddin dan Pemikiran Islam

UIN Sunan Kalijaga

Untuk memenuhi Salah Satu Syarat Guna Memperoleh

Gelar Magister Agama

YOGYAKARTA

2026



PENGESAHAN TUGAS AKHIR

Nomor : B-1460/Un.02/DU/PP.00.9/08/2026

Tugas Akhir dengan judul : Strategi Koping Maryam Dalam Q.S. Maryam [19]: 16-28 Perspektif Ma'na Cum Magza
yang dipersiapkan dan disusun oleh:

Nama : RISKHA WAHYUNI, S.Ag
Nomor Induk Mahasiswa : 24205031036
Telah diujikan pada : Senin, 03 Agustus 2026
Nilai ujian Tugas Akhir : A

dinyatakan telah diterima oleh Fakultas Ushuluddin dan Pemikiran Islam UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta

TIM UJIAN TUGAS AKHIR



Ketua Sidang

Prof. Dr. Nurus Sa'adah, S.Psi., M.Si., Psi.
SIGNED

Valid ID: 6a853c3fc1b61



Penguji I

Prof. Dr. Muhammad, M.Ag
SIGNED

Valid ID: 6a85a8da95120



Penguji II

Dr. phil. Fadhl Lukman, M.Hum.
SIGNED

Valid ID: 6a81a9ab664d5



Yogyakarta, 03 Agustus 2026
UIN Sunan Kalijaga

Dekan Fakultas Ushuluddin dan Pemikiran Islam

Prof. Dr. H. Robby Habiba Abror, S.Ag., M.Hum.
SIGNED

Valid ID: 6a86e5ef6d20

PERNYATAAN KEASLIAN

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Riska Wahyuni
NIM : 24205031036
Fakultas : Ushuluddin dan Pemikiran Islam
Jenjang : Magister (S2)
Program Studi : Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir
Konsentrasi : Studi Al-Qur'an

Menyatakan bahwa naskah tesis ini secara keseluruhan adalah hasil penelitian/karya sendiri, kecuali pada bagian yang dirujuk sumbernya. Jika di kemudian hari terbukti bahwa naskah tesis ini bukan karya sendiri dan terdapat plagiasi di luar batas akademik, maka saya siap ditindak sebagaimana kode etik akademik yang berlaku.

Yogyakarta, 20 Juli 2026
Saya Menyatakan,



03653A0X084456281
METERAI
TEMPEL

(Riska Wahyuni, S. Ag)
NIM: 24205031036

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

PERNYATAAN BEBAS PLAGIASI

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Riska Wahyuni
NIM : 24205031036
Fakultas : Ushuluddin dan Pemikiran Islam
Jenjang : Magister (S2)
Program Studi : Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir
Konsentrasi : Studi Al-Qur'an

Menyatakan bahwa naskah tesis ini secara keseluruhan benar-benar bebas dari plagiasi. Jika di kemudian hari terbukti bahwa naskah tesis ini terdapat plagiasi di luar batas akademik, maka saya siap ditindak sebagaimana kode etik akademik yang berlaku.

Yogyakarta, 20 Juli 2026
Saya Menyatakan,



(Riska Wahyuni, S. Ag)
NIM: 24205031036

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

NOTA DINAS PEMBIMBING

Kepada Yth,
Ketua Program Studi Magister (S2) Ilmu Al-Qur'an
dan Tafsir
Fakultas Ushuluddin dan Pemikiran Islam UIN Sunan
Kalijaga Yogyakarta.

Assalamu'alaikum wr. Wb

Disampaikan dengan hormat, setelah melakukan bimbingan dan arahan, dan koreksi terhadap penulisan tesis yang berjudul: Strategi Koping Maryam Dalam Q.S. Maryam [19]: 16-28 Perspektif *Ma'nā Cum Magzā*

Nama : Riska Wahyuni
NIM : 24205031036
Fakultas : Ushuluddin dan Pemikiran Islam
Jenjang : Magister (S2)
Program Studi : Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir

Saya berpendapat bahwa tesis tersebut sudah dapat diajukan kepada Program Studi Magister (S2) Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir Fakultas Ushuluddin dan Pemikiran Islam UIN Sunan Kalijaga untuk diajukan dalam rangka memperoleh gelar Magister Agama.

Wassalamu'alaikum wr.wb

Yogyakarta, 20 Juli 2026
Pembimbing,


Prof. Dr. Nurus Sa'adah, S.Psi., M.Si., Psi.
NIP: 19741120 200003 2003

MOTTO

الَّذِينَ ءَامَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ

“(yaitu) orang-orang yang beriman dan hati mereka manjadi tenteram dengan mengingat Allah. Ingatlah, hanya dengan mengingati Allah-lah hati menjadi tenteram.” (Q.S. Ar-Ra’d [13]: 28)

**"Peace is not the absence of storms, but the presence of
God within them"**

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

HALAMAN PERSEMBAHAN

Karya ini penulis persembahkan untuk:

***Almarhum* Bapak Ramli Wahi dan Ibu Antikah Sulaiman
tercinta**

Serta abang dan kakak tersayang



ABSTRAK

Tekanan sosial yang disertai prasangka dan tuduhan terhadap individu berdasarkan persepsi masyarakat masih menjadi persoalan dalam kehidupan masyarakat modern. Persoalan tersebut memiliki relevansi dengan kisah Maryam dalam Q.S. Maryam [19]:16–28 yang menggambarkan pengalaman seorang perempuan ketika menghadapi tekanan sosial akibat prasangka dan tuduhan terhadap kehormatannya. Namun, penafsiran terhadap ayat-ayat tersebut masih didominasi oleh pembacaan historis, moral, dan spiritual sehingga belum mengaktualisasikan rangkaian pengalaman Maryam sebagai proses strategi koping yang relevan bagi kehidupan kontemporer. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan mengungkap strategi koping Maryam dalam menghadapi situasi krisis melalui pendekatan *ma'nā cum magzā* dengan menelaah makna historis (*al-ma'nā al-tārīkhī*), signifikansi historis (*al-magzā al-tārīkhī*), dan signifikansi dinamis kontemporer (*al-magzā al-mutaharrik al-mu'āṣir*) Q.S. Maryam [19]:16–28.

Penelitian ini merupakan penelitian kualitatif berbasis kajian kepustakaan (*library research*) dengan memanfaatkan sumber primer dan sekunder yang relevan. Pendekatan *ma'nā cum magzā* digunakan untuk menghubungkan makna historis ayat dengan signifikansinya bagi konteks kehidupan kontemporer melalui analisis aspek kebahasaan, hubungan antarteks, dan konteks historis.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa Q.S. Maryam [19]:16–28 merepresentasikan proses koping Maryam dalam menghadapi situasi krisis secara bertahap. Pertama, *al-ma'nā al-tārīkhī* menunjukkan bahwa rangkaian ayat menggambarkan sosok Maryam mulai sejak pengasingan diri, penerimaan kabar kehamilan, puncak krisis, hingga memperoleh pertolongan Allah. Kedua, *al-magzā al-tārīkhī* menunjukkan bahwa kisah Maryam berfungsi sebagai media *tasliyah* bagi Nabi Muhammad saw. dan kaum Muslim periode Makkah agar tetap teguh menghadapi tekanan, prasangka, dan penolakan dalam

menyampaikan kebenaran. Ketiga, *al-magzā al-mutaḥarrik al-mu'āṣir* menunjukkan bahwa Q.S. Maryam [19]:16–28 memuat pola strategi koping yang meliputi penguatan spiritual melalui *a'ūzu*, pengambilan jarak secara adaptif melalui *intabaḥāt*, tindakan nyata melalui *huzzī*, pemulihan fisik melalui *fakulī*, regulasi emosi melalui *wa qarrī 'aynā*, serta pengendalian komunikasi melalui *ṣawman*. Temuan tersebut menunjukkan bahwa kisah Maryam dalam Q.S. Maryam [19]:16–28 dapat direaktualisasikan sebagai model strategi koping yang mengintegrasikan dimensi spiritual, psikologis, dan perilaku dalam menghadapi tekanan sosial dan berbagai bentuk krisis kontemporer.

Kata Kunci: Q.S. Maryam [19]:16–28, *Ma'nā cum Magzā*, Strategi Koping

PEDOMAN TRANSLITERASI ARAB-LATIN

Pedoman Transliterasi Arab-Latin ini pada SKB Menteri Agama dan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan RI, tertanggal 22 Januari 1988 No: 158/1987 dan 0543b/U/1987.

A. Konsonan Tunggal

Huruf Arab	Nama	Huruf Latin	Keterangan
أ	Alif		tidak dilambangkan
ب	Bā'	b	Be
ت	Tā'	t	Te
ث	S ā'	ṡ	es titik atas
ج	Jim	j	Je
ح	Ḥā'	ḥ	ha titik di bawah
خ	Kha'	kh	ka dan ha
د	Dal	d	De
ذ	Ẓal	ẓ	zet titik di atas
ر	Rā'	r	Er
ز	Zai	z	Zet
س	Sīn	s	Es
ش	Syīn	sy	es dan ye
ص	Ṣad	ṣ	es titik di bawah
ض	Ḍad	ḍ	de titik di bawah
ط	Ṭa'	ṭ	te titik di bawah

ظ	ẓa'	ẓ	zet titik di bawah
ع	'Ayn	...'	koma terbalik (di atas)
غ	Gayn	g	Ge
ف	Fa'	f	Ef
ق	Qaf	q	Qi
ك	Kaf	k	Ka
ل	Lam	l	El
م	Mim	m	Em
ن	Nan	n	En
و	Waw	w	We
ه	Ha'	h	Ha
ء	Hamzah	...'	Apostrof
ي	Yā'	y	Ye

B. Konsonan rangkap karena *Tassydīd* ditulis rangkap:

متعدين

ditulis

muta'aqddīn

عدة

ditulis

'iddah

C. *Tā' Marbūṭah* di akhir kata:

1. Bila dimatikan, ditulis h:

هبة ditulis *hibah*

جزية ditulis *jizyah*

(ketentuan ini tidak diperlukan terhadap kata-kata Arab yang sudah terserap ke dalam bahasa Indonesia seperti zakat, shalat dan sebagainya, kecuali dikehendaki lafal aslinya)

2. Bila diikuti dengan kata sandang “al” serta bacaan kedua itu dipisah maka ditulis dengan h.

كرامة الأولياء ditulis *karamah al-
auliyā*

3. Bila dihidupkan karena berangkaian dengan kata lain, ditulis t:

نعمة الله ditulis *ni'matullāh*

زكاة الفطر ditulis *zakātul-fitri*

D. Vokal pendek:

—◌— (fathah) ditulis a contoh ضَرَبَ
ditulis *d}araba*

—◌— (kasrah) ditulis i contoh فَهِمَ
ditulis *fahima*

—◌ُ— (dammah) ditulis u contoh كُتِبَ
ditulis *kutiba*

E. Vokal panjang:

1. Fathah + alif, ditulis ā (garis di atas)
جاهلية ditulis *jāhiliyyah*
2. Fathah + alif maqṣūr, ditulis ā (garis di atas)
يسعي ditulis *yas'ā*
3. Kasrah + ya mati, ditulis ī (garis di atas)
مجيد ditulis *majīd*
4. Dammah + wau mati, ditulis ū (garis di atas)
فروض ditulis *furūd*

F. Vokal rangkap:

1. Fathah + yā' mati, ditulis ai
بينكم ditulis *bainakum*
2. Fathah + wau mati, ditulis au
قول ditulis *qaul*

G. Vokal-vokal pendek yang berurutan dalam satu kata, dipisahkan dengan Apostrof.

- | | | |
|-----------|---------|------------------------|
| أَنتُمْ | ditulis | <i>a'antum</i> |
| أَعَدْتُ | ditulis | <i>u'iddat</i> |
| لئن شكرتم | ditulis | <i>la'in syakartum</i> |

H. Kata sandang Alif + Lām

1. Bila ikuti huruf qamariyah ditulis al-

القرآن ditulis *al-Qur'ān*

القياس ditulis *al-Qiyās*

2. Bila diikuti huruf syamsiyyah, ditulis dengan menggandengkan huruf syamsiyyah yang mengikutinya serta tidak menghilangkan huruf I-nya

الشمس ditulis *al-syams*

السماء ditulis *al-samā'*

I. Huruf besar

Huruf besar dalam tulisan Latin digunakan sesuai dengan Ejaan Yang Disempurnakan (EYD)

- J. Penulisan kata-kata dalam rangkaian kalimat dapat ditulis menurut penulisannya

ذول الفروض ditulis *ṣawī al-furūd*

اهل السنة ditulis *ahl as-sunnah*

KATA PENGANTAR

Segala puji dan syukur penulis panjatkan ke hadirat Allah Swt. atas limpahan rahmat, pertolongan, dan karunia-Nya, sehingga tesis ini dapat diselesaikan dengan baik. Shalawat serta salam semoga senantiasa tercurah kepada Nabi Muhammad saw., beserta keluarga, para sahabat, dan seluruh umatnya hingga akhir zaman. Dengan penuh rasa hormat dan terima kasih, penulis menyampaikan apresiasi yang sebesar-besarnya kepada:

1. Kepada Prof. Noorhaidi Hasan, S.Ag., M.A., M.Phil., Ph.D., selaku Rektor UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.
2. Kepada Prof. Dr. Robby Habiba Abror, S.Ag., M.Hum, selaku Dekan Fakultas Ushuluddin dan Pemikiran Islam UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.
3. Kepada Dr. Ali Imron, S.Th.I., M.S.I., selaku Ketua Program Studi Magister (S2) Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir, Fakultas Ushuluddin dan Pemikiran Islam UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.
4. Kepada Dr. Muhammad Akmaluddin, M.S.I., selaku Sekretris Program Studi Magister (S2) Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir, Fakultas Ushuluddin dan Pemikiran Islam UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.
5. Kepada Prof. Dr. Nurus Sa'adah, S.Psi., M.Si., Psi., selaku pembimbing tesis, yang telah meluangkan waktu,

tenaga, dan pemikirannya dalam memberikan arahan, masukan, serta bimbingan selama proses penyusunan tesis ini. Penulis menyampaikan penghargaan dan terima kasih yang sebesar-besarnya atas kesabaran, perhatian, dan dedikasi beliau dalam mendukung penyelesaian tesis ini.

6. Kepada Dr. Mahbub Ghazali, terima kasih atas masukan-masukan yang diberikan selama proses penyelesaian tesis ini.
7. Kepada Dr. Siti Khodijah Nurul Aula, M.Ag., terima kasih atas bantuan, arahan, dan masukan yang telah diberikan dalam proses perumusan masalah penelitian serta penentuan arah kajian sebelum penelitian ini dilaksanakan.
8. Kepada dosen dan civitas akademik UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta, terutama dalam lingkungan Program Studi Magister Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir.
9. Kepada orang tua tercinta, Bapak *almarhum* Ramli Wahi dan Ibu Antikah Sulaiman, penulis menyampaikan rasa hormat dan terima kasih yang mendalam atas kasih sayang, doa, dukungan, serta pengorbanan yang senantiasa diberikan. Semoga segala kebaikan dan perjuangan yang telah dicurahkan menjadi amal kebaikan yang bernilai di sisi Allah Swt.

10. Kepada saudara tersayang, penulis menyampaikan terima kasih untuk abang (Mustafa Kamal, Juanda, Syukra, Syukri, Zakaria) dan kakak (Akmaliah, Asnidar, Idawati, Agustina) yang selalu memberikan dukungan, perhatian, dan semangat selama proses penyelesaian tesis ini. Kehadiran dan dukungan mereka menjadi salah satu kekuatan bagi penulis dalam menyelesaikan perjalanan akademik ini.
11. Kepada kedua sahabat tercinta selama masa perantauan, Putroe Balqis dan Hani Nadiya Putri, penulis menyampaikan terima kasih yang tulus atas kebersamaan, perhatian, doa, serta dukungan yang senantiasa diberikan sejak awal perjalanan studi hingga terselesaikannya tesis ini. Kehadiran kalian, baik dalam suka maupun duka, telah menjadi sumber semangat, penguat langkah, dan tempat berbagi di tengah berbagai tantangan yang dihadapi. Semoga persahabatan yang terjalin senantiasa diberkahi dan dipelihara oleh Allah Swt.
12. Kepada keluarga besar Aceh Squad (Mafaza, Naza, Tiara, Putri, Alifia, Raisa, Rara, Diana, Dian, Arini, Namira, Hammam, Alfa, Syafri, Fachri, Rahman), penulis menyampaikan terima kasih yang tulus atas kebersamaan, dukungan, dan semangat yang telah diberikan selama proses penyelesaian tesis ini.

Kehadiran kalian telah menghadirkan suasana yang hangat, saling menguatkan, dan menjadi penyemangat dalam melewati setiap tahapan perjalanan akademik. Semoga tali persaudaraan yang telah terjalin senantiasa terjaga dan membawa keberkahan bagi kita semua.

13. Kepada teman-teman kelas MIAT B, penulis menyampaikan terima kasih atas kebersamaan, dukungan, dan pengalaman berharga yang telah dibagikan selama menempuh pendidikan magister. Setiap proses yang dilalui bersama menjadi bagian yang bermakna dalam perjalanan akademik penulis hingga terselesaikannya tesis ini.
14. Kepada semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu per satu, penulis menyampaikan terima kasih yang sebesar-besarnya atas segala doa, dukungan, bantuan, dan kebaikan yang telah diberikan selama proses penyusunan tesis ini. Semoga Allah Swt. membalas seluruh kebaikan tersebut dengan pahala yang berlipat ganda serta senantiasa melimpahkan rahmat, keberkahan, dan kemudahan dalam setiap langkah kehidupan.

Akhirnya, penulis berharap semoga tesis ini dapat memberikan manfaat serta menjadi sumbangsih bagi pengembangan kajian keilmuan, khususnya dalam bidang studi Al-Qur'an dan Tafsir. Penulis menyadari bahwa tesis ini masih

memiliki keterbatasan, sehingga kritik dan saran yang bersifat membangun sangat diharapkan sebagai bahan penyempurnaan dan pengembangan penelitian pada masa yang akan datang.

Yogyakarta, 24 Juli 2026

Penulis

Riska Wahyuni



STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PENGESAHAN	ii
PERNYATAAN KEASLIAAN	iii
PERNYATAAN BEBAS PLAGIASI	iv
NOTA DINAS PEMBIMBING	v
MOTTO	vi
HALAMAN PERSEMBAHAN	vii
ABSTRAK	viii
PEDOMAN TRANSLITERASI ARAB-LATIN	x
KATA PENGANTAR	xv
DAFTAR ISI	xx
DAFTAR TABEL	xxii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	6
C. Tujuan dan Kegunaan Penelitian	7
D. Kajian Pustaka	8
E. Kerangka Teori	20
F. Metode Penelitian	25
G. Sistematika Pembahasan	28
BAB II POTRET PENAFSIRAN Q.S. MARYAM [19]:16-28	30
A. Periode Klasik	33
B. Periode Pertengahan	50
C. Periode Modern-Kontemporer	72
BAB III <i>AL-MA'NĀ AL-TĀRĪKHĪ</i> DAN <i>AL-MAGZĀ AL-TĀRĪKHĪ</i> Q.S. MARYAM [19]:16-28	91

A.	Makna Historis (<i>Al-ma' nā al-tārīkhī</i>)	91
1.	Analisis Linguistik	93
2.	Analisis Intratekstual	200
3.	Analisa intertekstual.....	291
4.	Analisis Konteks Historis	328
B.	Signifikansi Historis Ayat (<i>Al-Magzā al- Tārīkhī</i>) ..	
		336
BAB IV <i>AL-MAGZĀ AL-MUTAHARRIK AL-MU'ĀŞIR</i> Q.S.		
MARYAM [19]: 16–28: DINAMIKA COPING STRATEGY		
MARYAM DALAM MENGHADAPI KRISIS		
		341
A.	Dinamika Strategi Koping	342
1.	Strategi Koping Spiritual dalam Menghadapi	
	Situasi yang dipersepsikan Mencekam.	342
2.	Strategi Koping Melalui Pengambilan Jarak untuk	
	Menghadapi Tekanan.....	347
3.	Strategi Koping dalam Mengelola Krisis setelah	
	Munculnya Self Talk.....	352
B.	<i>Al-Magzā al-Mutaharrik al-Mu'āşir</i> : Adaptabilitas	
	Psikologis dalam Menghadapi Fluktuasi Kehidupan	
	Kontemporer “	381
1.	Membangun perlindungan Psikologis pada Situasi	
	yang Dipersepsikan Mencekam	381
2.	Membangun Ketahanan di Tengah Krisis.....	387
3.	Regulasi Diri dalam Merespons Tekanan Sosial	
		390
BAB V PENUTUP.....		
		402
A.	KESIMPULAN.....	402
B.	SARAN	404
DAFTAR PUSTAKA		
		407
DAFTAR RIWAYAT HIDUP.....		
		432

DAFTAR TABEL

Table 1. Analisis Liguistik	93
Table 2 <i>Intabazat</i>	201
Table 3 <i>Hijāban</i>	208
Table 4 <i>A ‘ūzu</i>	213
Table 5 <i>Yamsasnī</i>	218
Table 6 <i>Baghiyyan</i>	230
Table 7 <i>Layta</i>	243
Table 8 <i>Mittu</i>	248
Table 9 <i>Taḥzanī</i>	255
Table 10 <i>Fakulī</i>	261
Table 11 <i>Wasyrabī</i>	269
Table 12 <i>Waqarrī</i>	279
Table 13 <i>Ṣawman</i>	286
Table 14 Dinamika Strategi Koping.....	377

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Fenomena penghakiman sosial (*social judgment*) dan tekanan sosial terhadap individu yang dipersepsikan melanggar norma masih terjadi dalam kehidupan masyarakat modern.¹ Individu yang dipersepsikan menyimpang dari norma sosial atau ekspektasi masyarakat kerap menjadi sasaran prasangka, tuduhan serta penilaian publik sebelum kebenaran suatu peristiwa terungkap.² Perkembangan teknologi informasi dan media sosial tidak menghilangkan praktik tersebut, tetapi justru memperluas ruang penyebaran tuduhan dan mempercepat pembentukan opini publik yang dapat memengaruhi cara masyarakat memandang seseorang.³ Akibatnya, individu yang menjadi sasaran penghakiman sosial tidak hanya menghadapi tekanan dari lingkungan, tetapi juga beresiko mengalami kerusakan reputasi, ancaman terhadap kehormatan diri, serta berbagai dampak psikologis seperti kecemasan, depresi, stres,

¹ Wendi Wen li et al., "Prevalence of Experiencing Publik Humiliation and its Effect on victims' Mental Health: A Systematic review and Meta-Analysis", *Journal of Pacific Rim Psychology*, vol. 18 (2024), p. 1.

² Mitro Subroto and Muhammad Saddam Aliyandra, "Peran Masyarakat Dalam Mencegah Dampak Buru Stigma Sosial Terhadap Anak Binaan Perumahan", *Jurnal Ilmiah Kesehatan Masyarakat dan Sosial*, vol. 2, no. 4 (2024), p. 51.

³ Jennifer Forestal, "Social Media, Social Control, and the Politics of Public Shaming", *American Political Science Review* (2024), p. 1709.

dan trauma.⁴ Kondisi tersebut menunjukkan bahwa tuduhan dan penghakiman sosial bukan lagi sekedar persoalan etika dalam interaksi sosial, melainkan persoalan kemanusiaan yang menuntut individu memiliki cara yang tepat dalam merespons tekanan sosial tanpa kehilangan integritas dan kehormatan dirinya.

Persoalan penghakiman dan tekanan sosial sebagaimana terjadi dalam kehidupan masyarakat modern sesungguhnya memiliki relevansi dengan kisah Maryam dalam Q.S. Maryam [19]: 16-28. Akan tetapi, penafsiran terhadap ayat-ayat tersebut dari periode klasik hingga modern-kontemporer belum sepenuhnya mampu menghadirkan pemaknaan yang relevan untuk merespons konteks tersebut. Sebagian besar kajian tafsir terhadap ayat-ayat tersebut lebih banyak memusatkan perhatian pada aspek historis, tekstual, maupun kondisi psikologis Maryam. Dalam tafsir klasik, tindakan Maryam yang mengasingkan diri (*intabāzat*) dipahami sebagai bentuk menjauh dari keluarga atau masyarakat.⁵ Pada periode pertengahan al-Bursawī mulai memperluas pemaknaan ke arah dimensi spiritual dengan menekankan ketenangan batin Maryam ketika menerima tiupan ruh yang dipandang berpengaruh terhadap kesucian jiwa

⁴ Wen li et al., “Prevalence of Experiencing Publik Humiliation and its Effect on victims’ Mental Health: A Systematic review and Meta-Analysis”, p. 1.

⁵ Abū Ja‘far Muḥammad bin Jarīr At-Ṭabarī, *Jāmi‘ al-Bayān ‘an Ta’wīl āy al-Qur’ān*, jilid 17 (Kairo: Dār Hajr, 2001), 493.

bayi yang dikandungnya.⁶ Sementara itu, mufasir kontemporer seperti Sayyid Qutb memberikan perhatian pada beban mental Maryam sebagai seorang perempuan yang menghadapi tekanan sosial dalam kesendirian.⁷ Meskipun menunjukkan perkembangan fokus penafsiran, berbagai pemaknaan tersebut masih belum sepenuhnya mengaktualisasikan pesan Q.S. Maryam [19]: 16-28 dalam merespons kebutuhan masyarakat yang menghadapi tekanan sosial, tuduhan dan penghakiman terhadap kehormatan individu. Oleh karena itu, diperlukan pendekatan penafsiran yang mampu mereaktualisasikan pesan ayat sesuai dengan perubahan konteks tanpa melepaskan makna dasarnya.

Penelitian ini didasarkan pada asumsi bahwa kisah Maryam dalam Q.S. Maryam [19]: 16-28 tidak hanya merekam mukjizat kelahiran Nabi Isa, tetapi juga menyajikan dinamika pengalaman manusia ketika menghadapi situasi krisis yang berpotensi memunculkan tekanan sosial. Rangkaian peristiwa sejak Maryam menerima kabar kehamilan, mengasingkan diri, menjalani masa kehamilan dan persalinan seorang diri hingga kembali kepada kaumnya membentuk satu kesatuan narasi yang tidak sekedar menggambarkan urutan peristiwa, tetapi juga memperlihatkan proses pergulatan seorang individu dalam

⁶ Ismā'īl Haqqī al-Būrsawī, *Rūḥ al-Bayān*, Jilid 5 edition (Beirut: Dār al-Fikr), p. 325.

⁷ Sayyid Qutb, *Fi Zhilalil Qur'an*, Jilid 7 edition, ed. by As'ad Yasin and dkk (Jakarta: Gema Insani Press, 2001), p. 363.

menghadapi kondisi yang menguji ketahanan diri, kehormatan dan posisi sosialnya. Dalam proses tersebut, terdapat rangkaian respons yang menunjukkan bagaimana Maryam menghadapi tekanan pada setiap fase krisis yang dialaminya. Rangkaian pengalaman Maryam dapat dipandang tidak hanya sebagai alur peristiwa yang bersifat naratif, tetapi juga sebagai proses yang memperlihatkan kemampuan seorang individu dalam menghadapi tekanan yang menyertai setiap fase kehidupannya. Atas dasar itu, penelitian ini mengajukan dugaan bahwa Q.S. Maryam [19]: 16-28 berpotensi memuat strategi koping yakni cara seseorang merespons tekanan agar mampu beradaptasi dengan situasi yang dihadapi, sehingga membuka ruang bagi lahirnya pemaknaan yang lebih relevan dengan persoalan sosial kontemporer.

Berbagai penelitian mengenai kisah Maryam dalam Q.S. Maryam [19]: 16-28 menunjukkan bahwa pemaknaan yang dikembangkan masih cenderung berorientasi pada fungsi normatif ayat sesuai dengan bidang kajian masing-masing. Sebagian penelitian menempatkan kisah Maryam sebagai landasan dalam menjelaskan peran ibu terhadap pembentukan karakter anak sejak masa kehamilan melalui aspek fisik maupun psikologis.⁸ Penelitian lainnya memaknai sosok Maryam sebagai representasi ketenangan batin, sehingga ketaatan dan kepasrahan

⁸ Muhammad Shodiq Masrur, "Pendidikan Pranatal Perspektif Islam dari Kisah Maryam", *Journal of Islamic Education Research*, vol. 2, no. 1 (2021), p. 1.

kepada Allah diposisikan sebagai solusi dalam menghadapi tekanan psikologis.⁹ Sementara itu, kajian lain lebih menekankan nilai-nilai moral seperti menjaga kesucian diri, kesabaran, serta keteguhan iman sebagai pedoman menghadapi berbagai tantangan kehidupan.¹⁰ Kecenderungan tersebut menunjukkan bahwa pemaknaan terhadap kisah Maryam masih didominasi oleh perspektif pendidikan, morallitas dan spiritualitas, sedangkan pembacaan yang melihat rangkaian pengalaman Maryam sebagai proses adaptasi terhadap krisis melalui strategi koping yang tersusun secara bertahap belum dikembangkan.

Keterbatasan pemaknaan dalam penafsiran sebelumnya menunjukkan perlunya pendekatan yang mampu menjembatani makna historis Al-Qur'an dengan kebutuhan konteks masyarakat kontemporer. Salah satu pendekatan yang memberikan ruang bagi proses tersebut adalah *ma'nā cum magzā*, yang memandang bahwa makna Al-Qur'an tidak berhenti pada konteks ketika ayat diturunkan, tetapi tetap memiliki relevansi untuk direaktualisasikan sesuai perkembangan zaman. Dalam konteks Q.S. Maryam [19]: 16-28, pendekatan ini memungkinkan keseluruhan rangkaian kisah

⁹ Muhammad Shodiq Masrur and Azka Salsabila, *Peran Agama dalam Kesehatan Mental Perspektif Al-Qur'an pada kisah Maryam binti Imran*, vol. 3, no. 1 (2021), p. 38.

¹⁰ Tazkia Anugraheni Perdana, "Kontekstualisasi Kisah Maryam di Dalam Al-Qur'an Sebagai Basis Teladan Generasi Muda Muslim Era Kontemporer", *Taqaddumi: Journal of Qur'an and Hadith Studies*, vol. 1, no. 1 (2021), p. 73.

Maryam dibaca sebagai satu kesatuan narasi sehingga pesan utama ayat tidak hanya dipahami sebagai kisah mukjizat kelahiran Nabi Isa, melainkan juga diarahkan untuk menangkap makna yang lebih substantif sesuai dengan kebutuhan masyarakat masa kini. Melalui pembacaan terhadap aspek kebahasaan, hubungan antarteks serta konteks historis yang melatarbelakangi turunnya ayat, *ma'nā cum magzā* membuka peluang lahirnya pemaknaan baru yang tetap berakar pada makna asal ayat. Dengan demikian, pendekatan ini dipandang relevan untuk mereaktualisasikan pesan Q.S. Maryam [19]:16-28 sehingga memungkinkan terungkapnya strategi koping Maryam dalam menghadapi tekanan sosial yang berpotensi berujung pada tuduhan dan penghakiman terhadap kehormatannya.

B. Rumusan Masalah

1. Bagaimana makna historis (*al-ma'nā al-tārīkhī*) dari Q.S. Maryam [19]:16-28?
2. Bagaimana signifikansi historis (*al- magzā al-tārīkhī*) dari Q.S. Maryam [19]:16-28?
3. Bagaimana signifikansi dinamis kontemporer (*al-magzā al-mutaḥarrik al-mu'āṣir*) dari Q.S. Maryam [19]:16-28?

C. Tujuan dan Kegunaan Penelitian

Penelitian ini ditujukan untuk:

1. Menganalisis makna historis (*al-ma'nā al-tārīkhī*) dari Q.S. Maryam [19]:16-28.
2. Menganalisis signifikansi historis (*al-magzā al-tārīkhī*) dari Q.S. Maryam [19]:16-28.
3. Menemukan signifikansi dinamis kontemporer (*al-magzā al-mutaḥarrik al-mu'āṣir*) dari Q.S. Maryam [19]:16-28.

Sedangkan manfaat yang didapatkan di antaranya:

1. Secara teoritis, penelitian ini diharapkan dapat memperkaya khazanah studi tafsir Al-Qur'an, khususnya dalam pengembangan pemaknaan Q.S. Maryam [19]: 16-28 melalui pendekatan *ma'nā cum magzā*. Penelitian ini juga diharapkan dapat memperluas perspektif penafsiran dengan menghadirkan pembacaan yang lebih kontekstual terhadap pengalaman Maryam dalam menghadapi tekanan sosial.
2. Secara akademis, penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi bagi pengembangan penelitian tafsir kontekstual, khususnya kajian yang memanfaatkan pendekatan *ma'nā cum magzā* dalam membaca narasi Al-Qur'an serta membuka ruang dialog antara studi tafsir

dan ilmu psikologi dalam memahami pengalaman manusia yang direkam Al-Qur'an.

3. Secara praktis, penelitian ini diharapkan dapat memberikan perspektif Al-Qur'an dalam memahami cara menghadapi tekanan sosial yang berpotensi menimbulkan tuduhan dan penghakiman terhadap individu. Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi salah satu rujukan bagi masyarakat dalam merefleksikan nilai-nilai Al-Qur'an ketika menyikapi persoalan sosial secara lebih bijaksana.

D. Kajian Pustaka

Pada dasarnya kajian mengenai Q.S. Maryam [19]: 16-28, pendekatan *ma'nā cum magzā*, maupun strategi koping telah berkembang dalam disiplin ilmu dengan fokus kajian yang beragam. Kajian terhadap Q.S. Maryam [19]: 16-28 umumnya menyoroti dimensi moral, spiritual, pendidikan dan psikologis. Sementara itu, pendekatan *ma'nā cum magzā* lebih banyak digunakan untuk mengungkap relevansi makna Al-Qur'an dalam konteks kekinian. Adapun strategi koping lebih banyak dikaji dalam bidang psikologi, pendidikan, dan kesehatan sebagai respons individu dalam menghadapi tekanan. Berdasarkan karakteristik tersebut, penelitian terdahulu yang relevan dalam kajian ini dapat dikelompokkan ke dalam tiga kecenderungan, yaitu:

1. Penafsiran Q.S. Maryam

Penelitian yang ditulis oleh Siti Hajar mengungkapkan bahwa pada Q.S. Maryam[19]:23-26 terdapat gambaran konsep gangguan depresi. Penulis berusaha menjelaskan cara mengatasi depresi dari perspektif konseling dan spiritual melalui Q.S. Maryam[19]:23-26. Kombinasi unsur konseling, spiritual serta fisik dapat membentuk terapi yang mencakup seluruh aspek dalam diri manusia dan membantu penderita depresi keluar dari kebingungan serta mengembalikan rasional dalam menentukan pilihan dalam hidup.¹¹

Tri Ulva Chandra dalam tesisnya mengelaborasi perjalanan kisah hidup maryam dengan menggunakan pendekatan tafsir maqāṣidī Abdul Mustaqim. Hasil yang ditemukan dalam penelitian ini adalah pertama, lima bentuk resiliensi dari kisah Maryam yaitu melakukan ‘*uzlah*, berhati-hati bertemu orang asing dan menyaring informasi darinya, menghindari dari keramaian, adanya dukungan dari orang terdekat dan melakukan puasa bicara. Kedua, memuat aspek-aspek fundamental dalam kehidupan seperti *ḥifẓ al-dīn*, *ḥifẓ al-nafs*, *ḥifẓ al-nasl*, *ḥifẓ al-māl*, *ḥifẓ al-‘aql*, dan *ḥifẓ al-bī’ah* juga terdapat

¹¹Siti Hajar, “The Concept of Depression According to Surah Maryam verses 23-26 a Study of Counseling and Spiritual Perspectives”, *JKPI: Jurnal Konseling Pendidikan Islam*, vol. 6, no. 1 (2025), p. 185.

nilai-nilai *maqasid* yang tercakup yaitu '*adālah*, *musāwah* dan *insāniyyah*. Ketiga, faktor-faktor yang membentuk resiliensi dari kisah Maryam yaitu faktor Biologis, didikan yang baik, lingkungan sosial dan pengalaman spiritual. Strategi resiliensi mental yang dapat diterapkan dari kisah maryam meliputi membangun koneksi, membangun pola pikir dan menanamkan semangat religius, menjaga kesehatan fisik dan psikis dan memiliki *problem solving* yang baik.¹²

Selanjutnya penelitian yang dilakukan oleh Robiah dan Riki Astafi meneliti penafsiran Q.S. Maryam ayat 16-40 untuk memahami nilai-nilai pendidikan anak dalam keluarga *single parent*. Hasil temuan peneliti bahwa konsep dasar pendidikan Islam berupa nilai-nilai akidah, syariat dan akhlak terdapat dalam Q.S. Maryam[19]:23-26. Pendidikan akidah yang terkandung keharusan mempercayai adanya rukun iman, pendidikan syariat terletak pada kewajiban sebagai seorang hamba untuk selalu menyembah kepada Allah sebagai rasa syukur dengan sholat. Pendidikan akhlak kewajiban bagi

¹²Tri Ulva Chandra, "Resiliensi Mental dalam Kisah Maryam (Studi Analisis Pendekatan Tafsir Maqasidi)" (Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta, 2024), p. vi.

seorang anak untuk selalu berbakti kepada kedua orang tua.¹³

Penelitian skripsi dari Ahmad Farid memilih jalan yang berbeda dalam mengungkapkan kandungan Q.S. Maryam[19]:23-26 dengan menafsirkan buah kurma perspektif kesehatan dan spiritual Islam. Hasil yang ditemukan berdasarkan tafsir Al-Misbah bahwa buah kurma mengandung nilai gizi tinggi yang membantu proses pemulihan, melambangkan pertolongan Allah kepada Maryam saat sulit, kurma menjadi simbol keberkahan, kekuatan dan kasih sayang Allah, serta mengajarkan ketabahan dalam menghadapi ujian.¹⁴

Selanjutnya, penelitian yang dilakukan oleh Annisa Fadhilah dan Putri Margareta Lucky Christiani dengan melihat fenomena *baby blues syndrome* yang dialami Maryam dalam Q.S. Maryam [19]: 21-30 menggunakan teori tafsir kontekstual Abdullah Saeed. Hasil yang ditemukan bahwa *baby blues syndrome* dapat dialami oleh perempuan meskipun memiliki iman yang kuat, sehingga anggapan bahwa kondisi ini muncul karena kurang iman dan syukur adalah keliru. Al-Qur'an

¹³Robi'ah and Riki Astafi, "Konsep Pendidikan Anak dalam Keluarga Single Parent Berdasarkan Kajian Kisah Maryam dan Isa dalam Surat Maryam Ayat 16-40", *EKOMA: Jurnal Ekonomi, Manajemen, Akutansi*, vol. 3, no. 3 (2024), p. 91.

¹⁴Ahmad Farid, "Tafsir Buah Kurma Dalam Perspektif Kesehatan Dan Spiritualitas Islam (Studi Analisis Tafsir Al-Misbah Q.S. Maryam 23-26)" (universitas Islam Negeri Datoakarama Palu, 2025), ix.

juga menawarkan tiga bentuk solusi pencegahan *baby blues* yaitu: pentingnya *support system* dari pasangan, keluarga, lingkungan dan tenaga kesehatan, pemenuhan nutrisi serta kesiapan fisik ibu hamil untuk menghadapi persalinan dengan lebih ringan, serta upaya menjauh dari lingkungan yang toxic demi memperoleh ketenangan dan kenyamanan selama masa kehamilan hingga melahirkan.¹⁵

2. Pendekatan *ma' nā cum magzā*

Pendekatan *ma' nā cum magzā* metode penafsiran Al-Qur'an yang digagas oleh Sahiron Syamsuddin. Pendekatan ini merupakan pendekatan baru dalam ranah keilmuan studi Al-Qur'an dan Tafsir. Gagasan *ma' nā cum magzā* tidak terlepas dari gagasan hermeneutika tokoh-tokoh Muslim seperti al-Syāṭibī, Ibn 'Āsyūr, Naṣr Ḥāmid Abū Zayd, Muḥammad al-Ṭālibī, Fazlur Raḥmān, Abdullah Saeed dan juga terinspirasi dari filosof barat seperti Jorge Gracia dan Gadamer.¹⁶

¹⁵ Annisa Fadlilah and Putri Margareta Lucky Christiani, "Babyblues Syndrome dalam Al-Qur'an: Analisis Kontekstual Surat Maryam ayat 21-30", *Fahima: Jurnal Pendidikan dan Kajian Keislaman*, vol. 4, no. 1 (2025), p. 57.

¹⁶Sahiron Syamsuddin, *Pendekatan Ma'na cum Magza atas Al-Qur'an: Paradigma Prinsip dan Metode Penafsiran, Pidato Pengukuhan Guru Besar Dalam Bidang Ilmu Tafsir* (Yogyakarta: UIN Sunan Kalijaga, 2022), p. 17.

Secara keseluruhan penulis hanya memilih kajian-kajian terdahulu yang mengaplikasikan *ma'nā cum magzā* dalam melakukan penafsiran. Di antaranya penelitian yang dilakukan oleh Sumiati dan Danial, mereka menggunakan Q.S. al-Ḥujurāt [49]: 11 untuk mengungkapkan signifikansi *bullying* serta relevansinya di era kontemporer. Hasil temuan mengungkapkan karakteristik *bullying* seperti adanya sifat sombong, pengumpat dan penggibah. Motif utama timbulnya tindakan *bullying* disebabkan adanya rasa ketidaksukaan seseorang kepada orang lain. Tindakan ini muncul adanya kebencian kepada korban atau adanya perbedaan status sosial. tindakan *bullying* di era perkembangan teknologi mulai dilakukan dengan mudah melalui alat elektronik dengan memberikan tindakan intimidasi melalui media sosial.¹⁷

Selanjutnya tesis yang ditulis oleh Miftahur Rohmah meneliti pada Q.S. al-Naḥl [16]:43 terkait kata *rijāl* terdapat indikasi makna perempuan yang dikorelasikan dengan *rijāl* di ayat lain pada Q.S. al-A'rāf [7]:46 dan 48, Q.S. al-Jinn [72]:6, Q.S. al-Tawbah [9]:108. Hasil penelitian menunjukkan pentingnya mempunyai kompetensi kebutuhan modal ilmu dalam

¹⁷Sumiati and Danial, "Bullying Dalam Penafsiran Q.S. AL-Hujurat [49]: 11 Perspektif Ma'nā cum maghzā," *El-Maqrā: Tafsir, Hadis Dan Teologi* 2, no. 2 (2022): 45.

berdakwah yang meliputi beberapa strategi pendekatan aspek sosiologi, psikologi, kultural dan perintah bijak bertanya kepada profesionalitas keilmuan.¹⁸

M. Rizko Ramadani dalam tesisnya membahas kritik perilaku konsumtif pada Q.S. al-A‘rāf [7]:28-31. Selama ini Q.S. al-A‘rāf [7]:28-31 dipahami sebagai dalil larangan berlebihan dalam pakaian dan makanan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa larangan berlebihan dalam Al-Qur‘an tidak hanya terkait pakaian dan minuman, tetapi juga mengkritik fanatisme masyarakat Makkah terhadap tradisi dan tokoh hingga membenarkan *fāḥisyah* sebagai perintah Tuhan. Melalui *al-Qisṭ* dan larangan *isrāf*, Al-Qur‘an menegaskan pentingnya keadilan, rasionalitas, dan keseimbangan dalam menghadapi fanatisme. Fenomena tersebut relevan dengan kondisi modern, di mana fomo gaya hidup imitatif, dan pengaruh media sosial mendorong perilaku konsumtif yang melemahkan kontrol diri. Prinsip *al-Qisṭ* dan *isrāf* menawarkan solusi dengan menekankan rasionalitas, efisiensi, dan keberlanjutan agar manusia terhindar dari perilaku *fāḥisyah* masa kini.¹⁹

¹⁸Miftahur Rohmah, “Penafsiran Q.S. An-Nahl [16]: 43-44 Perspektif Hermeneutika Ma‘nā cum maghzā” (UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta, 2023), vii.

¹⁹M.Rizko Ramadani, “Kritik Perilaku Konsumtif Pada Q.S. AL-A‘raf [7]: 28-31 Pendekatan Ma‘na Cum Magza” (UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta, 2025), vii.

Irfansyah dalam tesisnya menafsirkan Q.S. al-Nūr [24]:23-26 mengungkapkan pertama, dari perspektif sosiologi keluarga yaitu peran masyarakat sebagai perspektif evaluative terhadap masyarakat dan penetapan pasangan sebagai bagian dari tawar-menawar. Kedua, *kafā'ah* perspektif psikologi terdapat dua teori yang relevan yaitu disonansi kognitif yang mengungkapkan hubungan antar elemen kognitif dengan meninjau beberapa faktor inkonsistensi logis, nilai budaya, serta pendapat umum yang dianut oleh orang banyak, serta empirisme dimasa lalu. Ketiga, kualifikasi *kafā'ah* dalam Islam dengan menelusuri dari sisi kualitas agama, sisi nasab, kemerdekaan, kerjaan serta ekonomi atau kekayaan.²⁰

3. Penelitian mengenai Strategi Koping

Penelitian yang dilakukan oleh Della Tri Damayanti dan Alviyatun Masitoh bertujuan untuk mengidentifikasi faktor-faktor penyebab stres akademik yang dialami siswa sekolah menengah tingkat akhir selama masa Covid-19 serta strategi koping yang digunakan untuk mengatasi tekanan tersebut. Hasil penelitian menunjukkan bahwa perubahan sistem pembelajaran menjadi daring, beban tugas meningkat,

²⁰ Irfansyah, “Reinterpretasi Q.S. An-Nur[24]:23-26 Perspektif Ma’na Cum Magza” (UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta, 2023), vi.

serta keterbatasan interaksi sosial menjadi faktor utama penyebab stres akademik. Dalam menghadapi kondisi tersebut, siswa menerapkan strategi koping yang berfokus pada penyelesaian masalah, pengelolaan emosi dan pendekatan religius. Penelitian ini berfokus pada strategi koping dalam konteks psikologi pendidikan.²¹

Penelitian yang dilakukan oleh Agustiniingsih bertujuan untuk mendeskripsikan tingkat stres akademik serta strategi koping yang digunakan oleh mahasiswa keperawatan. Penelitian ini menggunakan pendekatan deskriptif dengan melibatkan 51 mahasiswa keperawatan yang dipilih melalui teknik *purposive sampling*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden mengalami stres akademik pada tingkat sedang yang dipengaruhi oleh masalah personal, konflik kepentingan, dan praktik klinik. Dalam menghadapi kondisi tersebut, mahasiswa menerapkan dua bentuk strategi koping yaitu *problem focused coping* dan *emotion focused coping*. Penelitian ini menegaskan bahwa pemilihan strategi koping yang tepat berperan penting dalam membantu individu menghadapi tekanan akademik.²²

²¹ Della Tri Damayanti and Alviyatun Masitoh, "Strategi Koping Siswa dalam Menghadapi Stres Akademik di Era Pandemi Covid-19", *Academica*, vol. 4, no. 2 (2020).

²² Nia Agustiniingsih, "Gambaran Stres Akademik dan Strategi Koping pada Mahasiswa Keperawatan", *Jurnal Ners dan Kebidanan*, vol. 6, no. 2 (2019).

Penelitian yang dilakukan oleh Maharti Siwi Handayani dan Anhari Achadi bertujuan untuk mengeksplorasi resiliensi dan strategi koping tenaga kesehatan dalam menghadapi pandemi Covid-19. Penelitian ini menggunakan metode *systematic literature review* dengan pendekatan PRISMA. Hasil penelitian menunjukkan bahwa strategi koping dan resiliensi berperan penting dalam membantu tenaga kesehatan menghadapi tekanan psikologis selama pandemi. Strategi koping yang dominan meliputi *problem focused coping*, berpikir positif, aktivitas religius, menjaga pola hidup sehat, serta mencari dukungan sosial. Penelitian ini juga menunjukkan bahwa penggunaan strategi koping yang adaptif berkontribusi terhadap penurunan tingkat stres dan peningkatan kesehatan mental tenaga kesehatan.²³

Penelitian yang dilakukan oleh Salami, Muvina dan Yualita bertujuan untuk mengeksplorasi strategi koping yang digunakan oleh penderita HIV/AIDS di Kota Bandung. Penelitian ini menggunakan pendekatan deskriptif kualitatif dengan teknik *purposive sampling* dan pengumpulan data melalui wawancara mendalam. Hasil penelitian menunjukkan bahwa penderita

²³ Maharti Siwi Handayani and Anhari Achadi, "Resiliensi dan Strategi Koping pada Tenaga Kesehatan Menghadapi Pandemi Covid-19: Literature Review", *Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia*, vol. 5, no. 10 (2022).

HIV/AIDS menerapkan berbagai strategi koping seperti berserah diri kepada Tuhan, mengalihkan perhatian dari penyakit, berupaya bangkit dari kondisi yang dialami, mengatasi secara aktif, serta menyembunyikan status kesehatannya. Penelitian ini juga menemukan bahwa strategi koping yang dominan digunakan adalah *emotion focused coping* sebagai mekanisme adaptasi untuk menghadapi stigma dan penolakan dari lingkungan sosial.²⁴

Penelitian yang dilakukan oleh Vira Fatihatun Najah bertujuan untuk memahami strategi koping yang digunakan mahasiswa rantau dalam menghadapi stres. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif dengan perspektif fenomenologi melalui wawancara mendalam terhadap mahasiswa perantau. Hasil penelitian menunjukkan bahwa mahasiswa rantau cenderung menerapkan strategi koping yang berfokus pada emosi (*emotion focused coping*) dan pemaknaan (*meaning focused coping*). Strategi tersebut diwujudkan dalam bentuk pelampiasan positif, seperti berolahraga dan mencari dukungan sosial maupun pelampiasan negatif berupa tindakan *self-harm*. Penelitian ini menegaskan bahwa dukungan sosial dan kemampuan

²⁴ Salami Salami, Annisa Ayu Muvira, and Perla Yualita, "Studi Kualitatif Strategi Koping Penderita HIV/AIDS di Kota Bandung", *Faletehan Health Journal*, vol. 8, no. 1 (2021).

mengelola stres berperan penting dalam membangun mahasiswa rantau menghadapi tekanan kehidupan.²⁵

Penelitian yang dilakukan oleh Dewi dkk bertujuan untuk mengkaji strategi koping yang efektif dalam mengurangi beban keluarga pasien stroke. Penelitian ini menggunakan metode *systematic review* dengan menganalisis sebelas artikel yang dipilih berdasarkan pedoman PRISMA. Hasil penelitian menunjukkan bahwa strategi koping yang efektif meliputi dukungan psikososial, intervensi psikoedukasi, koping religius, serta program pemberdayaan keluarga. Berbagai strategi tersebut terbukti berkontribusi dalam menurunkan beban fisik, psikologis, sosial, dan finansial yang dialami keluarga pasien stroke.²⁶

Berdasarkan telaah terhadap penelitian terdahulu, terlihat bahwa kajian mengenai Q.S. Maryam [19]: 16-28 telah banyak mengungkapkan nilai-nilai yang terkandung dalam kisah Maryam baik dari sisi moral, spiritual, maupun psikologis. Namun, penelitian yang secara khusus mengkaji ayat-ayat tersebut melalui pendekatan *ma'nā cum magzā* untuk merumuskan pesan dinamis

²⁵ Vina Fatihatun Najah, "Strategi Koping Pelampiasan Stres pada Mahasiswa Rantau", *Commsphere: Jurnal Ilmu Komunikasi*, vol. 2, no. 2 (2024).

²⁶ Arie Kusumo Dewi et al., "Strategi Koping Beban Keluarga Pasien Stroke: a Systematic Review", *Jurnal keperawatan*, vol. 15, no. 2 (2023).

berupa strategi koping dalam menghadapi krisis kehidupan masih belum dilakukan. Dengan demikian, penelitian ini hadir untuk mengisi ruang kajian tersebut dengan menghubungkan tafsir Al-Qur'an, pendekatan *ma'nā cum magzā* dan konsep strategi koping dalam perspektif psikologi.

E. Kerangka Teori

Bahasan utama penelitian ini difokuskan pada Q.S. Maryam [19]:16-28 dengan meminjam teori *ma'nā cum magzā*, pendekatan hermeneutika kontemporer yang digagas oleh Sahiron Syamsuddin. Teori ini menjadi alternatif atas sejumlah teori penafsiran yang ada di abad kontemporer dengan aliran konservatif yang memandang Al-Qur'an haruslah dikembalikan pada awal turunnya.

1. *Ma'nā cum magzā*

Pendekatan *ma'nā cum magzā* adalah pendekatan di mana seseorang menggali atau merekonstruksi makna dan pesan utama historis, yakni makna (*ma'na*) dan pesan utama / signifikansi (*magzā*) yang mungkin dimaksud oleh pengarang teks atau dipahami oleh audiens historis, dan kemudian mengembangkan

signifikansi teks tersebut untuk konteks kekinian dan kedisinian.²⁷

Aliran teori ini dinilai sebagai jalan tengah antara quasi-objektivis konservatif dan subjektivis. *Ma'nā cum magzā* tergolong dalam quasi-objektivis progresif. Maksudnya, menyatukan berbagai konteks yang mengitari ayat-ayat yang digali, dari era klasik hingga kontemporer. Penggalan tersebut difokuskan dalam penggunaan bahasa dalam era Arab saat turunnya serta perkembangannya bahkan menerapkan keilmuan bahasa dari rumpun modern.²⁸

Pendekatan *ma'nā cum magzā* ini, selain terinspirasi oleh pemikiran hermeneutis tokoh-tokoh muslim seperti al-Syāṭibī, Ibn 'Āsyūr, Naṣr Ḥāmid Abū Zayd, Muḥammad al-Ṭālibī, Fazlur Raḥmān, dan Abdullaah Saeed juga terinspirasi oleh pandangan para filosof Barat seperti Hans-Georg Gadamer dan Jorge Gracia. Gadamer dalam bukunya *Wahrheit und Methode* menawarkan “*fusi of horizons*” (penggabungan atau peleburan wawasan/horison) dalam proses penafsiran. Ada dua horison/wawasan yang sebaiknya digabungkan

²⁷Sahiron Syamsuddin, “Pendekatan Ma'na-Cum-Maghza: Paradigma, Prinsip, Dan Metode Penafsiran,” *Nun: Jurnal Studi Al-Qur'an Dan Tafsir Di Nusantara* 8, no. 2 (2022): 225

²⁸Sahiron Syamsuddin, “Pendekatan Ma'na-cum-Maghza: Paradigma, Prinsip dan Metode Penafsiran”, *Nun: Jurnal Studi Al-Qur'an dan Tafsir di Nusantara*, vol. 8, no. 2 (2022), p. 222.

ketika seseorang melakukan penafsiran, yakni *horizon of text* (horison teks) dan *horizon of reader* (horison pembaca/penafsir teks).²⁹

Proses interpretasi yang dilakukan dapat ditempuh melalui sejumlah tahapan diantaranya: (1) makna historis (*al-ma'nā al-tārīkhī*), (2) signifikansi fenomenal historis (*al-magzā al-tārīkhī*), (3) signifikansi fenomenal dinamis kontemporer (*al-magzā al-mutaḥarrik al-mu'āṣir*) dari teks Al-Qur'an yang ditafsirkan. Untuk pengaplikasiannya diperlukan mencari makna sejarah (*al-ma'nā al-tārīkhī*) terlebih dahulu dengan menganalisis makna asal, melacak intratekstual dan interkektual, menganalisis konteks historis ayat (*asbāb al-nuzūl*) mikro-makro, baru mendapatkan signifikansi fenomenal historis (*al-magzā al-tārīkhī*). Kemudian, mengkontekstualisasikan dengan langkah terakhir yaitu mencari signifikansi fenomenal dinamis kontemporer (*al-magzā al-mutaḥarrik al-mu'āṣir*) dengan cara mengkategorikan ayat, mereaktualisasi dan rekontekstualisasi signifikansi ayat, kemudian menangkap makna simbolik ayat dan memperkuat kontruksi signifikansi dinamis melalui disiplin ilmu

²⁹Syamsuddin, "pendekatan Ma'na-cum-Maghza: Paradigma, Prinsip, dan Metode Penafsiran", p. 226.

lainnya.³⁰ Kerangka teori tersebut akan diaplikasikan dalam penelitian ini yaitu pada menggali makna Q.S. Maryam [19]:16-28.

2. Strategi Koping

Strategi Koping adalah sebagai tindakan, serangkaian tindakan, atau proses pemikiran yang digunakan dalam memenuhi situasi yang penuh tekanan atau tidak menyenangkan atau dalam memodifikasi reaksi seseorang terhadap situasi seperti itu. Koping merupakan usaha kognitif dan behavioral dari individu untuk mengelola stres hidup yang dialami oleh individu. Koping mengacu pada apa yang sesungguhnya dipikirkan dan dilakukan oleh seseorang terkait usahanya mengatasi permasalahan yang ia alami, dan bagaimana usaha-usahanya tersebut mengubah jalannya permasalahan yang ia hadapi.³¹

Lazarus dan Folkman mengemukakan bahwa keadaan stres yang dialami seseorang akan menimbulkan efek yang kurang menguntungkan baik secara fisiologis maupun psikologis. Seseorang tidak akan membiarkan efek negatif terus terjadi, ia akan melakukan

³⁰Sahiron Syamsuddin, *Ma'na-Cum-Magza atas Al-Qur'an dan Hadis: Menjawab Problematika Sosial Keagamaan di Era Kontemporer* (Yogyakarta: AIAT dan Lembaga Ladang Kata, 2020), p. 17.

³¹ Arthur A. Stone et al., "Conceptual and Methodological Issues in Current Coping Assessments", in *Personal Coping: Theory, Research, and Application*, ed. by Bruce N. Carpenter (Westport: Praeger, 1992), pp. 15–29.

suatu tindakan untuk mengatasinya, tindakan yang diambil dinamakan strategi koping yang sering dipengaruhi oleh latar belakang budaya, pengalaman dalam menghadapi masalah, faktor lingkungan, kepribadian, konsep diri, faktor sosial, dan faktor lain yang sangat berpengaruh pada kemampuan individu dalam menyelesaikan masalahnya.³²

Strategi Koping bertujuan untuk mengatasi situasi dan tuntutan yang dirasa menekan, menentang, membebani, dan melebihi sumber daya (*resources*) yang dimiliki. Sumber daya koping yang dimiliki seseorang akan mempengaruhi strategi koping yang akan dilakukan dalam menyelesaikan berbagai masalah. Cohen dan Lazarus mengemukakan, agar strategi koping dilakukan dengan efektif maka perlu mengacu pada lima fungsi tugas coping yaitu; mengurangi kondisi lingkungan yang berbahaya dan meningkatkan prospek untuk memperbaikinya, mentoleransi atau menyesuaikan diri dengan kenyataan negatif, mempertahankan gambaran diri yang positif, mempertahankan keseimbangan emosional, serta melanjutkan kepuasan terhadap hubungannya dengan orang lain.³³

³² Richard S. Lazarus and Susan Folkman, *Stress, Appraisal, and Coping*, New York edition (Springer Publishing Company, 1984).

³³ *Ibid.*

Strategi koping umumnya memiliki 2 jenis yaitu berfokus pada masalah (*problem focused coping*) dan berfokus pada emosi (*emotional focused coping*). Strategi koping berfokus pada masalah (*problem focused coping*) adalah upaya melakukan suatu aktivitas untuk menghilangkan keadaan yang menimbulkan stres. Strategi ini biasanya digunakan untuk menghadapi masalah yang cenderung dapat dikendalikan. Disisi lain, strategi koping berfokus pada emosi adalah upaya untuk mengontrol konsekuensi emosional dari peristiwa yang menimbulkan stres atau berpotensi menimbulkan stres. Strategi ini biasanya digunakan untuk menghadapi stres yang kurang dapat dikendalikan.

F. Metode Penelitian

Untuk menjawab permasalahan yang telah dirumuskan, penelitian ini menggunakan metode yang disesuaikan dengan karakteristik objek dan tujuan kajian. Berikut ini diuraikan metode yang diterapkan dalam penelitian ini:

1. Jenis Penelitian

Peneliti menggunakan pendekatan kualitatif dengan jenis penelitian kepustakaan (*library research*). Penelitian ini memfokuskan pada upaya mendapatkan hasil yang mendalam lewat pengumpulan data-data

secara luas.³⁴ Pada praktiknya peneliti menelusuri sumber kepustakaan lewat berbagai jenis karya akademik sebagai bangunan argumen serta data yang bersangkutan dengan objek yang dipilih. Setelah melalui langkah tersebut, data yang didapatkan dilakukan analisis kemudian reinterpretasi dengan olah bahasa peneliti dan terakhir disajikan secara elaboratif dan komprehensif terhadap kajian yang diteliti.

2. Sumber data

Sumber data yang digunakan dalam penelitian ini diklasifikasikan menjadi sumber data primer dan sekunder.³⁵ Sumber data primer adalah data utama yang menjadi objek analisis langsung dalam penelitian ini.³⁶ Data primer dalam penelitian ini adalah Q.S. Maryam[19]:16-28. Sedangkan sumber data sekunder berfungsi sebagai kerangka teoritis dan landasan metodologis untuk menganalisis data primer.³⁷ Data sekunder yang peneliti gunakan diantaranya beragam

³⁴Sugiyono, *Metode Penelitian Bisnis*, XV (Bandung: Alfabeta, 2010), p. 14.

³⁵Dermawan Wibisono, *Riset Bisnis: Panduan Bagi Praktisi dan Akademisi* (Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama, 2003), p. 37.

³⁶Selfi Budi Helpiastuti et al., *Dasar-Dasar Penelitian Administrasi (Teknik dan Pendekatan Metodologis)* (Bandung: Widina Media Utama, 2025), p. 97.

³⁷Rachmat Kriyantono, *Teknik Praktis Riset Komunikasi Kuantitatif dan Kualitatif: Disertai Contoh Praktik Skripsi, Tesis dan Disertasi Riset Media, Public Relations, Adversiting, Komunikasi Organisasi, Komunikasi Pemasaran* (Jakarta: Kencana, 2019), p. 147.

penafsiran baik dari klasik hingga kontemporer, kamus bahasa Arab. Disamping itu, sejumlah karya akademik dalam berbagai bentuknya guna menjadi tambahan rujukan untuk mendukung data yang dibutuhkan dalam penelitian ini. Peneliti juga tidak membatasi rumpun keilmuan lainnya selama dapat membantu dalam memperkaya dan menyokong argumen yang akan dibangun.

3. Teknik Pengumpulan Data

Pengumpulan data yang ditempuh dengan pengumpulan teks, naskah ataupun dokumen yang selaras dengan kajian yang diangkat. Dari data yang telah terkumpul, peneliti kemudian menguraikan penjelasan dan analisis komprehensif terkait dengan berbagai aspek kebahasaan dan makna Q.S. Maryam [19]:16-28.

4. Teknik Analisis Data

Langkah terakhir yaitu analisis. Analisis merupakan ruh dalam penelitian yang memerlukan sebuah kejelian dan kekritisian dalam mengolah data yang telah terkumpul. Dalam analisis memerlukan sebuah gagasan utuh yang berangkat dari pengumpulan data.³⁸ Data yang sudah didapatkan kemudian dianalisis

³⁸Sugiyono, *Metode Penelitian Kualitatif: Pendekatan Kuantitatif Kualitatif dan R&D* (Bandung: Alfabeta, 2017), p. 335.

dengan pengaplikasian teori *ma'nā cum magzā* yang sesuai dengan urutan strukturnya, yaitu mendeskripsikan struktur linguistik, intratekstual, intertekstual, dilanjut dengan menggali konteks historis mikro-makro pada Q.S. Maryam [19]:16-28. Kemudian baru mencari pesan utama (*al-magza al-mutaharrik al-mu'asir*) yang terdapat pada Q.S. Maryam [19]:16-28.

G. Sistematika Pembahasan

Demi memunculkan sebuah gambaran mengenai susunan dalam penelitian ini, diperlukan penggambaran struktur atau sistematika dalam penulisannya. Menarik benang merah dalam setiap bab dan memberikan penjelasan terhadap hubungan antara satu bab dengan bab lainnya menjadi sebuah susunan yang demikian penting. Adapun dengan dasar tersebut, pengelompokan bahasan penelitian ini diklasifikasikan sebagai berikut:

BAB I menjelaskan landasan penelitian yang meliputi latar belakang masalah, rumusan masalah, tujuan dan manfaat penelitian, kajian pustaka, kerangka teori, metode penelitian, serta sistematika pembahasan sebagai kerangka penyusunan tesis.

BAB II mengkaji dinamika penafsiran Q.S. Maryam [19]:16–28 berdasarkan perkembangan periode tafsir, mulai dari klasik, pertengahan, modern, hingga kontemporer. Analisis dilakukan terhadap kitab-kitab tafsir yang menjadi representasi

masing-masing periode untuk mengidentifikasi perkembangan pemaknaan terhadap ayat-ayat tersebut sekaligus menjadi landasan bagi penerapan teori *ma'nā cum magzā* pada bab berikutnya.

BAB III menerapkan teori *ma'nā cum magzā* pada Q.S. Maryam [19]:16–28 melalui analisis linguistik, intratekstual, intertekstual, serta konteks historis mikro dan makro. Seluruh tahapan tersebut diarahkan untuk memperoleh makna historis (*al-ma'nā al-tārīkhī*) dan signifikansi historis (*al magzā al-tārīkhī*) sebagai pesan utama ayat.

BAB IV merupakan tahap penerapan *al-magzā al-mutaḥarrik al-mu'āṣir* dalam teori *ma'nā cum magzā*. Berangkat dari signifikansi historis yang telah diperoleh pada bab sebelumnya, bab ini menganalisis relevansi Q.S. Maryam [19]:16–28 terhadap fenomena krisis psikologis kontemporer melalui teori koping. Analisis tersebut menghasilkan formulasi nilai-nilai Al-Qur'an sebagai strategi menghadapi tekanan kehidupan pada konteks masa kini.

BAB V merupakan bab penutup yang memuat simpulan penelitian sebagai sintesis atas jawaban dari rumusan masalah berdasarkan hasil analisis pada bab-bab sebelumnya. Selain itu, bab ini menyajikan saran yang ditujukan bagi pengembangan penelitian lanjutan, khususnya dalam kajian tafsir Al-Qur'an yang berdialog dengan disiplin ilmu psikologi.

BAB V

PENUTUP

A. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian terhadap Q.S. Maryam [19]:16–28 dengan menggunakan pendekatan *ma'nā cum magzā*, dapat disimpulkan beberapa hal. *Pertama*, analisis terhadap *al-ma'nā al-tārīkhī* menunjukkan bahwa makna historis Q.S. Maryam [19]:16–28 dibangun melalui keterpaduan analisis linguistik, intratekstual, intertekstual, dan konteks historis makro. Analisis linguistik memperlihatkan bahwa setiap fragmen kisah Maryam mengandung kata-kata kunci yang merepresentasikan tahapan pengalaman hidup Maryam, mulai dari pengasingan diri, perjumpaan dengan utusan Allah, penyampaian kabar kelahiran Nabi Isa, kehamilan dan puncak kegelisahan, hadirnya pertolongan Allah, hingga kembalinya Maryam ke tengah masyarakat. Analisis intratekstual menunjukkan bahwa sejumlah kata kunci memperoleh penjelasan melalui ayat-ayat Al-Qur'an lainnya sehingga memperkaya makna setiap konsep. Sementara itu, analisis intertekstual terhadap hadis dan kitab-kitab suci terdahulu memperlihatkan adanya kesinambungan sekaligus kekhasan penyampaian Al-Qur'an mengenai kesucian Maryam, ujian yang dihadapinya, serta bentuk pertolongan Allah. Adapun analisis konteks historis makro menunjukkan bahwa kisah Maryam

diturunkan dalam realitas sosial masyarakat Makkah yang ditandai oleh penolakan terhadap dakwah Nabi Muhammad saw., sehingga narasi tersebut tidak hanya berfungsi sebagai kisah sejarah, tetapi juga memiliki tujuan edukatif dan penguatan bagi komunitas Muslim awal.

Kedua, berdasarkan keseluruhan analisis makna historis, *al-magzā al-tārīkhī* Q.S. Maryam [19]:16–28 menunjukkan adanya pola menghadapi situasi yang mengandung ancaman dan tekanan melalui ketergantungan kepada Allah, pengambilan jarak dari sumber tekanan, tindakan konkret, pemulihan kondisi fisik dan emosional, serta pengendalian respons terhadap lingkungan sosial. Pola tersebut memperlihatkan bahwa menghadapi kondisi rentan tidak selalu dilakukan melalui konfrontasi langsung, tetapi dapat ditempuh melalui serangkaian respons yang berlangsung secara bertahap sesuai dengan keadaan yang dihadapi. Dalam konteks historis pewahyuan, pola tersebut memiliki korespondensi dengan kondisi Nabi Muhammad saw. dan komunitas Muslim awal pada periode Makkah yang menghadapi penolakan dan tekanan dari masyarakat Quraisy. Karena itu, kisah Maryam berfungsi sebagai tasliyah yang memberikan penguatan kepada Nabi Muhammad saw. dan kaum Muslim awal bahwa tekanan, keterasingan, dan penolakan dalam mempertahankan kebenaran dapat dihadapi melalui keteguhan, pengendalian respons, serta

keyakinan terhadap pertolongan Allah yang hadir secara bertahap.

Ketiga, analisis *al-magzā al-mutaḥarrik al-mu‘āṣir* melalui dialog dengan perspektif psikologi menunjukkan bahwa kisah Maryam mengandung pola strategi coping yang relevan dengan kehidupan manusia pada masa kini. Strategi tersebut mencakup perlindungan spiritual melalui *al-isti‘āzah*, pengambilan jarak secara adaptif melalui *al-intibāz*, tindakan nyata melalui *al-hazz*, pemenuhan kebutuhan fisik melalui *al-akl* sebagai bagian dari proses pemulihan, regulasi emosi melalui *qurratu al-ayn*, serta pengendalian komunikasi melalui *al-ṣawm*. Keseluruhan strategi tersebut menunjukkan bahwa Al-Qur'an menghadirkan pendekatan yang holistik dalam menghadapi krisis, yaitu melalui integrasi antara penguatan spiritual, pengelolaan emosi, tindakan adaptif, pemeliharaan kondisi fisik, serta pengendalian respons sosial. Dengan demikian, kisah Maryam tidak hanya memiliki makna historis bagi komunitas Muslim awal, tetapi juga menghadirkan nilai-nilai psikologis yang dapat menjadi landasan dalam menghadapi berbagai tekanan kehidupan secara adaptif sesuai dengan nilai-nilai Al-Qur'an.

B. SARAN

Penelitian ini memiliki keterbatasan pada aspek sumber data dan ruang dialog akademik yang digunakan. Sebagai penelitian kepustakaan (*library research*), analisis dalam

penelitian ini didasarkan pada teks-teks tertulis berupa Al-Qur'an, kitab tafsir, serta literatur yang relevan dengan tema kajian. Dengan demikian, penelitian ini belum melibatkan dialog secara langsung dengan para mufasir kontemporer yang masih aktif dalam mengembangkan wacana penafsiran Al-Qur'an pada masa kini. Keterlibatan tersebut menjadi salah satu ruang pengembangan yang penting dalam penelitian selanjutnya, khususnya untuk memperkaya diskursus mengenai pengembangan penafsiran kontemporer dan memperluas perspektif akademik terhadap pemaknaan Q.S. Maryam [19]:16–28.

Berdasarkan hasil penelitian ini, terdapat beberapa saran yang dapat diajukan untuk pengembangan kajian selanjutnya. Penelitian mengenai strategi koping dalam perspektif Al-Qur'an masih memiliki ruang pengembangan yang luas, baik melalui perluasan objek kajian terhadap ayat-ayat lain yang menggambarkan respons manusia dalam menghadapi krisis maupun melalui pengayaan perspektif penafsiran. Selain itu, penelitian selanjutnya dapat memperluas kajian ini dengan melibatkan dialog bersama para mufasir kontemporer untuk memperoleh perspektif yang lebih aktual mengenai perkembangan penafsiran Al-Qur'an terhadap persoalan-persoalan kehidupan modern. Di samping itu, kajian interdisipliner antara tafsir dan psikologi juga dapat dikembangkan lebih lanjut untuk melihat relevansi nilai-nilai

Qur'ani dalam membangun ketahanan psikologis dan menghadapi berbagai bentuk tekanan kehidupan. Dengan demikian, pendekatan *ma'nā cum maghzā* tetap memiliki ruang pengembangan sebagai salah satu metode penafsiran yang memungkinkan dialog antara makna historis Al-Qur'an dan kebutuhan manusia pada konteks kekinian.



DAFTAR PUSTAKA

- Abas, Rudi et al., “Dampak Strategi Coping Spiritual Terhadap Stress dan Depresi Orang dengan HIV AIDS (ODHA): Systematic Review”, *Jurnal Kesehatan*, vol. 17, no. 1, 2024.
- Abdullah, Nurlaily et al., “Improvement of Stress Induced Changes Relate to Mood and Cognitive Function in Healthy Young Adults Following Supplementation With Ajwa Dates”, *Ulum Islamiyyah*, vol. 26, 2019.
- Aḍ-Ḍabbī, al-Mufaḍḍal bin Muḥammad bin Ya‘lā, *al-Mufaḍḍaliyyāt*, Kairo: Dār al-Ma‘ārif, 1983.
- Addawiyah, Makhriifah Robbiah et al., “Emotion Focused Coping yang Dilakukan Oleh Korban Ghosting”, *Parade Riset*, vol. 1, no. 1, 2023.
- Agustiningsih, Nia, “Gambaran Stres Akademik dan Strategi Koping pada Mahasiswa Keperawatan”, *Jurnal Ners dan Kebidanan*, vol. 6, no. 2, 2019.
- Aini, Fefi Nurul et al., “Al-Dakhil in Tafsir Al-misbah by Muhammad Quraish Shihab (Critical Study of the Tafsir of Surah Maryam)”, *Al-Misbah: Journal of the Qur'an, Hadith and Tafseer*, vol. 1, no. 2, 2024.
- Al-‘Abd, Ṭarafah bin, *Dīwān Ṭarafah bin al-‘Abd*, Beirut: Dār

al-Kutub al-‘Ilmiyyah, 2002.

Al-‘Āmirī, Labīd bin Rabī‘ah bin Mālik, Abū ‘Aqīl, *Dīwān Labīd bin Rabī‘ah al-‘Āmirī*, Cetakan Pe edition, Dār al-Ma‘rifah, 2004.

Al-‘Askarī, Abū Hilāl al-Ḥasan bin ‘Abdullāh bin Sahl bin Sa‘īd bin Yaḥyā bin Mihrān, *al-Wujūh wa an-Naḏā’ir*, Kairo: Maktabah as-Ṣaḳāfah ad-Dīniyyah, 2007.

Al-‘Ukburī, Abū al-Baqā’ ‘Abdullāh bin al-Ḥusain bin ‘Abdullāh, *At-Tibyān fī I’rāb al-Qur’ān*, jilid 2 edition, ‘Īsā al-Bābī al-Ḥalabī wa Syurakāh.

Al-Andalusī, Abū Ḥayyān, *al-Baḥr al-Muḥīṭ*, Jilid 6 edition, Beirut: Dār al-Fikr, 2000.

Al-Aṣḥāhānī, ar-Rāgīb, *al-Mufradāt fī Garīb al-Qur’ān*, ed. by Ṣafwān ‘Adnān Ad-Dāwūdī, Beirut: ad-Dār asy-Syāmiyyah, 1992.

Al-Aṣma‘ī, Abū Sa‘īd ‘Abdul Malik bin Quraib, *al-Aṣma‘iyyāt*, Mesir: Dār al-Ma‘ārif, 1993.

Al-Bayḍāwī, Nāṣiruddīn Abū Sa‘īd ‘Abdullāh bin ‘Umar bin Muḥammad asy-Syīrāzī, *Anwār at-Tanzīl wa Asrār at-Ta’wīl*, Jilid 4 edition, Beirut: Dār Iḥyā’ at-Turās al-‘Arabī, 1998.

al-Bukhārī, Abū ‘Abdillāh, Muḥammad bin Ismā‘īl, *Ṣaḥīḥ al-Bukhārī*, Jilid 7 edition, Mesir: al-Maṭba‘ah al-Kubrā al-Amīriyyah, 1893.

----, *Ṣaḥīḥ al-Bukhārī*, jilid 8 edition, Mesir: al-Maṭba‘ah al-Kubrā al-Amīriyyah, 1893.

----, *Ṣaḥīḥ al-Bukhārī*, jilid 3 edition, Mesir: al-Maṭba‘ah al-Kubrā al-Amīriyyah, 1893.

Al-Bukhārī, Abū ‘Abdillāh Muḥammad bin Ismā‘īl, *Ṣaḥīḥ al-Bukhārī*, vol. 4 edition, Būlāq: al-Maṭba‘ah al-Kubrā al-Amīriyyah, 1893.

----, *Ṣaḥīḥ al-Bukhārī*, vol. 7 edition, Būlāq: al-Maṭba‘ah al-Kubrā al-Amīriyyah, 1893.

al-Būrsawī, Ismā‘īl Ḥaqqī, *Rūḥ al-Bayān*, Jilid 5 edition, Beirut: Dār al-Fikr.

Al-Hararī, Muḥammad al-Amīn bin ‘Abdullāh, *Tafsīr Ḥadā’iq ar-Rūḥ wa ar-Raiḥān fī Rawābī ‘Ulūm al-Qur’ān*, Jilid 17 edition, Beirut: Dār Ṭauq an-Najāh, 2001.

Al-Jābirī, Muḥammad ‘Ābid, *Fahm al-Qur’ān al-Ḥakīm al-Tafsīr al-Wāḍiḥ Ḥasaba Tartīb al-Nuzūl*, Dār al-Bayḍā’: Dār al-Nasyr al-Maghribiyyah, 2008.

Al-Khāṭim, Qais bin, *Dīwān Qais bin al-Khāṭim*, ed. by

Nāṣiruddīn Al-Asad, Beirut: Dār Ṣādir, 1967.

Al-Kindī, Imru' al-Qais bin Ḥujr bin al-Ḥārīs, *Dīwān Imru' al-Qais*, Beirut: Dār al-Ma'rifah, 2004.

Al-Marāgī, Aḥmad Muṣṭafā, *Tafsir al-Marāgī*, jilid 16 edition, ed. by Bahrūn Abubakar and dkk, Semarang: Toha Putra, 1987.

Al-Māwardī, Abū al-Ḥasan 'Alī bin Muḥammad bin Muḥammad bin Ḥabīb al-Baṣrī al-Baghdādī, *an-Nukat wa al-'Uyūn*, Jilid 3 edition, Beirut: Dār al-Kutub al-'Ilmiyyah, 1992.

Al-Mubarakfuri, Shafiyyurrahman, *Sirah Nabawiyah*, Cet.1 edition, Jakarta: Gema Insani, 2013.

Al-Naisābūrī, Abū al-Ḥusain Muslim bin al-Ḥajjāj al-Qusyairī, *Ṣaḥīḥ Muslim*, Jilid 4 edition, Kairo: Maṭba'ah 'Īsā al-Bābī al-Ḥalabī wa Syurakā'uh, 1955.

Al-Nasā'ī, Ahmad bin Syu'aib, *Sunan al-Nasā'ī*, vol. 4 edition, Beirut: Dār al-Risālah al-'Ālamiyyah, 2018.

----, *Sunan al-Nasā'ī*, Jilid 7 edition, Beirut: Dār al-Risālah al-'Ālamiyyah, 2018.

Al-Qurasyī, Abū Zaid Muḥammad bin Abī al-Khaṭṭāb, *Jumharat Asy'ār al-'Arab*, Mesir: Nahḍat Miṣr, 1981.

Al-Tirmizī, Abū ‘Īsā Muḥammad bin ‘Īsā, *al-Jāmi‘ al-Kabīr (Sunan al-Tirmizī)*, Jilid 3 edition, Beirut: Dār al-Gharb al-Islāmī, 1966.

al-Zuhaili, Wahbah, *Tafsir Al-Munir*, Jilid 8 edition, ed. by Abdul Hayyie Al-Kattani and dkk, Jakarta: Gema Insani, 2016.

Alfaozi, Mahfudz, “Kisah Maryam Dalam Al-Qur’an Surah Maryam Perspektif Tafsir Al-Maraghi”, *JIQSI: Jurnal Ilmu Al-Qur’an dan Studi Islam*, vol. 1, no. 1, 2023.

Alkitab SABDA, *Matius 1:19*, 2017, <https://alkitab.sabda.org/verse.php?book=Mat&chapter=1&verse=19>, accessed 19 Jul 2026.

Altuwairki, Duaa Saleh, “An Investigation Into the Acute Effects of Treatments Created and Developed From Either Date Fruit or Date Seeds on the Mood and Cognitive Performance of Healthy Young Volunteers”, Newcastle University, 2022.

Ananda, Sherien Sekar Dwi and Nurliana Cipta Apsari, “Mengatasi Stress Pada Remaja Saat Pandemi Covid-19 dengan Teknik Self Talk”, *Prosiding Penelitian & Pengabdian Kepada Masyarakat*, vol. 7, no. 2, 2020.

Aprilia, Alfaynie Axelfa Trie, Agung Wibawa, and Bangun

Suharti, “Komunikasi Intrapersonal (Self Talk) Dalam Meningkatkan Kesadaran Dampak Buruk Self Harm Pada Remaja Brokenhome”, *Jurnal Communio: Jurnal Ilmu Komunikasi*, vol. 13, no. 1, 2024.

Ar-Rāzī, Abū ‘Abdullāh Muḥammad bin ‘Umar bin al-Ḥasan bin al-Ḥusain at-Taimī, *Mafātīḥ al-Gaīb*, Jilid 21 edition, Beirut: Dār Iḥyā’ at-Turās al-‘Arabī, 1999.

Arsyad, Achmad Zaini, Arifatul Ma’ani, and Ibrohim Muchlis, “Membangun Self Boundaries Dalam Peningkatan Pendidikan Karakter di Era Bullying Sekolah”, *Jurnal Pendidikan Agama Islam*, vol. 2, no. 2, 2024.

As-Suyūṭī, Jalāluddīn, *ad-Durr al-Mansūr*, Jilid 5 edition, Beirut: Dār al-Fikr.

Ash-Shiddieqy, T.M. Hasbi, *Tafsier Al-Quranul Madjied: An-Nur*, jilid 3 edition, Jakarta: Bulan Bintang, 1966.

Asy-Syanqīṭī, Muḥammad al-Amīn bin Muḥammad al-Mukhtār bin ‘Abdul Qādir al-Jaknī, *Aḍwā’ al-Bayān fī Īdāḥ al-Qur’ān bi al-Qur’ān*, Jilid 4 edition, Beirut: Dār al-Fikr, 1995.

Aṭ-Ṭabarī, Abū Ja‘far Muḥammad bin Jarīr, *Jāmi‘ al-Bayān ‘an Ta’wīl Āy al-Qur’ān*, jilid 17 edition, Kairo: Dār Hajr, 2001.

az-Zabīdī, Muḥammad Murtaḍā al-Ḥusain, *Tāj al-‘Arūs min Jawāhir al-Qāmūs*, Jilid 9 edition, Kuwait: Dār al-Hidāyah, 2001.

----, *Tāj al-‘Arūs min Jawāhir al-Qāmūs*, Jilid 37 edition, Kuwait: Dār al-Hidāyah, 2001.

----, *Tāj al-‘Arūs min Jawāhir al-Qāmūs*, Jilid 14 edition, Kuwait: Dār al-Hidāyah, 2001.

Az-Zabīdī, Muḥammad Murtaḍā al-Ḥusain, *Tāj al-‘Arūs min Jawāhir al-Qāmūs*, Jilid 3 edition, Kuwait: Dār al-Hidāyah, 2001.

az-Zabīdī, Muḥammad Murtaḍā al-Ḥusainī, *Tāj al-‘Arūs min Jawāhir al-Qāmūs*, Jilid 39 edition, Kuwait: Dār al-Hidāyah, 2001.

----, *Tāj al-‘Arūs min Jawāhir al-Qāmūs*, Jilid 10 edition, Kuwait: Dār al-Hidāyah, 2001.

----, *Tāj al-‘Arūs min Jawāhir al-Qāmūs*, Jilid 4 edition, Kuwait: Dār al-Hidāyah, 2001.

----, *Tāj al-‘Arūs min Jawāhir al-Qāmūs*, Jilid 28 edition, Kuwait: Dār al-Hidāyah, 2001.

----, *Tāj al-‘Arūs min Jawāhir al-Qāmūs*, Jilid 19 edition, Kuwait: Dār al-Hidāyah, 2001.

- , *Tāj al-‘Arūs min Jawāhir al-Qāmūs*, Jilid 5 edition, Kuwait: Dār al-Hidāyah, 2001.
- , *Tāj al-‘Arūs min Jawāhir al-Qāmūs*, Jilid 40 edition, Kuwait: Dār al-Hidāyah, 2001.
- , *Tāj al-‘Arūs min Jawāhir al-Qāmūs*, Jilid 34 edition, Kuwait: Dār al-Hidāyah, 2001.
- , *Tāj al-‘Arūs min Jawāhir al-Qāmūs*, Jilid 15 edition, Kuwait: Dār al-Hidāyah, 2001.
- , *Tāj al-‘Arūs min Jawāhir al-Qāmūs*, Jilid 30 edition, Kuwait: Dār al-Hidāyah, 2001.
- , *Tāj al-‘Arūs min Jawāhir al-Qāmūs*, Jilid 32 edition, Kuwait: Dār al-Hidāyah, 2001.
- Az-Zamakhsharī, Maḥmūd bin ‘Umar bin Aḥmad, *al-Kasysyāf ‘an Ḥaqā’iq Gawaāmiḍ at-Tanzīl wa ‘Uyūn al-Aqāwīl fī Wujūh at-Ta’wīl*, Jilid 3 edition, Beirut: Dār al-Kitāb al-‘Arabī, 1987.
- Azahra, Rahmania, Ida Kurnia Shofa, and Jaka Ghianovan, “Kecerdasan Emosional Perempuan dalam Kisah Maryam: Analisis QS.Maryam ayat 23-26 dalam Tafsir al-Tahrīr wa al-Tanwīr”, *KACA: Jurnal Dialogis Ilmu Ushuluddin*, vol. 16, no. 1, 2026.

- Azis, Fauzan Padurohman et al., “Parturition in QS. Maryam: 22-26 According to the Tafsir of the Ministry of Religion of the Republic of Indonesia”, *Journal of 'Ulum al-Qur'an and Tafsir Studies*, vol. 3, no. 1, 2024.
- Azkiy, Elda Putri, “Penyesuaian Diri Mantan Narapidana Dalam Menghadapi Stigma Negatif Masyarakat”, *Sosio Informa: Politeknik Kesejahteraan sosial*, vol. 10, no. 2, 2024.
- Budiarto, Anthony Tio Sebastian et al., “Identifikasi Persepsi Masyarakat Mengenai Rasa Aman dan Faktor Pemicu Kekerasan di Palmerah”, *JPNM: Jurnal Pustaka Nusantara Multidisplin*, vol. 3, no. 4, 2025.
- Bukhari, Syed Hamid Farooq, “Healing the Mind and Soul an islamic Approach to Mental Health and Resilience”, *Al Khadim Research Journal of Islamic Culture and Civilization*, vol. 6, no. 1, 2025.
- Chairunnisa, Dini et al., “Toxic Relationship In Gen Z: Systematic Literature Review”, *Jurnal Psikologi Konseling*, vol. 18, no. 1, 2025.
- Chandra, Tri Ulva, “Resiliensi Mental dalam Kisah Maryam (Studi Analisis Pendekatan Tafsir Maqasidi)”, Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta, 2024.
- Damayamti, Della Tri and Alviyatun Masitoh, “Strategi Koping

Siswa dalam Menghadapi Stres Akademik di Era Pandemi Covid-19”, *Academica*, vol. 4, no. 2, 2020.

Darwīsy, Muḥyī al-Dīn bin Aḥmad Muṣṭafā, *I’rāb al-Qur’ān wa Bayānuh*, 6th edition, Suriah: Dār al-Irsyād li al-Syu’ūn al-Jāmi‘iyyah, 1995.

Darwīsy, Muḥyiddīn bin Aḥmad Muṣṭafā, *I’rāb al-Qur’ān wa Bayānuhu*, Jilid 6 edition, Beirut: Dār al-Irsyād, 1994.

Dewi, Arie Kusumo et al., “Strategi Koping Beban Keluarga Pasien Stroke: a Systematic Review”, *Jurnal keperawatan*, vol. 15, no. 2, 2023.

Emiyati, Ayang, “Menggali Spiritualitas untuk Pemulihan Mental di Era Kecemasan Digital”, *Proceeding National Conference of Christian Education and Theology*, vol. 3, no. 2, 2025.

Fadlilah, Annisa and Putri Margareta Lucky Christiani, “Babyblues Syndrome dalam Al-Qur’an: Analisis Kontekstual Surat Maryam ayat 21-30”, *Fahima: Jurnal Pendidikan dan Kajian Keislaman*, vol. 4, no. 1, 2025.

Fahriza, Nasha et al., “Manajemen Risiko Dalam Al-Qur’an: Studi Tafsir Tentang Konsep Tawakal dan Ikhtiar”, *Al-Insyirah: Jurnal Pendidikan Dan Konseling Islam*, vol. 1, no. 1, 2026.

- Faizi, Nur and Ichsan, “Resiliensi Akademik Dalam Perspektif Psikologi Islam”, *Risalah: Jurnal Pendidikan dan Studi Islam*, vol. 9, no. 4, 2023.
- Farid, Ahmad, “Tafsir Buah Kurma dalam Perspektif Kesehatan dan Spiritualitas Islam (Studi Analisis Tafsir Al-Misbah QS. Maryam 23-26)”, universitas Islam Negeri Datoakarama Palu, 2025.
- Fatah, Ahmad, “Puasa Penangkal Hoax dan Arogansi”, *UINSUKU.ac.id (portal berita UIN Sunan Kudus)*, Jawa Tengah, 2020.
- Fauzi, Ferdi et al., “Gambaran Regulasi Emosi Pada Mahasiswa dengan Banyak Peran”, *Jurnal Riset Psikologi*, vol. 7, no. 1, 2024.
- Forestal, Jennifer, “Social Media, Social Control, and the Politics of Public Shaming”, *American Political Science Review*, 2024.
- Gill, John, “Gill’s Exposition of the Entire Bible: Luke 1:39”, *Yayasan Lembaga SABDA*, <https://www.alkitab.sabda.org/commentary.php?version=tb&passage=Lukas+1>, accessed 19 Jul 2026.
- , “John Gill’s Exposition of the Whole Bible: Luke 1:34”, *Yayasan Lembaga SABDA*.

----, “John Gill’s Exposition of the Old Testament: Deuteronomy 22:23”, *Yayasan Lembaga SABDA*.

----, “Gill’s Exposition of the Entire Bible: Matthew 1:19”, *Yayasan Lembaga SABDA*.

“Hadis: Perintahkanlah supaya ia berbicara, berteduh, duduk, dan perintahkanlah dia supaya menyempurnakan puasanya”, *adeethenc.com*, <https://hadeethenc.com/id/browse/hadith/5835>, accessed 19 Jul 2026.

Hajar, Siti, “The Concept of Depression According to Surah Maryam verses 23-26 a Study of Counseling and Spiritual Perspectives”, *JKPI: Jurnal Konseling Pendidikan Islam*, vol. 6, no. 1, 2025.

Hamka, *Tafsir Al-Azhar*, Jilid 6 edition, Jakarta: Pustaka Panjimas, 2004.

Handayani, Maharti Siwi and Anhari Achadi, “Resiliensi dan Strategi Koping pada Tenaga Kesehatan Menghadapi Pandemi Covid-19: Literature Review”, *Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia*, vol. 5, no. 10, 2022.

Hasanah, Muhimmatul, Anas Alhifni, and Lutfiyah Khur’in, “A Psychospiritual Model of Emotion Regulation in Pesantren Counseling”, *Jurnal Psikologi Teori dan Terapan*, vol. 17,

no. 01, 2026.

Helpiastuti, Selfi Budi et al., *Dasar-Dasar Penelitian Administrasi (Teknik dan Pendekatan Metodologis)*, Bandung: Widina Media Utama, 2025.

Himam, Muh. Khusnul and Muhammad Farih, “Moderasi Islam Dalam Konteks Historis Makro Turunnya Al-Qur’an”, *Al-Furqan: Jurnal Agama, Sosial, dan Budaya*, vol. 5, no. 1, 2026.

Hoffjann, Olaf, “Either be silent, or say something better than silence. From strategic silence to the concept of strategic non-talking”, *Corporate Communications: An International Journal*, 2026.

Huda, Muhammad Misbahul, “Konsep Makkiyah dan Madaniyah dalam Al-Qur’an (Sebuah Kajian Historis-Sosiologis Perspektif Fazlur Rahman)”, *Al-Mubarak: Jurnal Kajian Al-Qur’an dan Tafsir*, vol. 5, no. 2, 2020.

Ibn ‘Āsyūr, Muḥammad aṭ-Ṭāhir, *at-Taḥrīr wa at-Tanwīr*, Jilid 16 edition, Tunis: ad-Dār at-Tūnisiyyah li an-Nasyr, 1984.

Ibn Fāris, Abū al-Ḥusain Aḥmad, *Mu‘jam Maqāyīs al-Lughah*, Jilid 2 edition, Beirut: Syarikat Maktabah wa Maṭba‘ah Muṣṭafā al-Bābī al-Ḥalabī wa Aulādih, 1972.

----, *Mu‘jam Maqāyīs al-Lughah*, Jilid 1 edition, Beirut: Syarikat

Maktabah wa Maṭba‘ah Muṣṭafā al-Bābī al-Ḥalabī wa Aulādih, 1972.

----, *Mu‘jam Maqāyīs al-Lughah*, Jilid 4 edition, Beirut: Syarikat Maktabah wa Maṭba‘ah Muṣṭafā al-Bābī al-Ḥalabī wa Aulādih, 1972.

----, *Mu‘jam Maqāyīs al-Lughah*, Jilid 6 edition, Beirut: Syarikat Maktabah wa Maṭba‘ah Muṣṭafā al-Bābī al-Ḥalabī wa Aulādih, 1972.

----, *Mu‘jam Maqāyīs al-Lughah*, Jilid 5 edition, Beirut: Syarikat Maktabah wa Maṭba‘ah Muṣṭafā al-Bābī al-Ḥalabī wa Aulādih, 1972.

----, *Mu‘jam Maqāyīs al-Lughah*, Jilid 3 edition, Beirut: Syarikat Maktabah wa Maṭba‘ah Muṣṭafā al-Bābī al-Ḥalabī wa Aulādih, 1972.

Ibn Manẓūr, Jamāl ad-Dīn Muḥammad bin Mukarram, *Lisān al-‘Arab*, Jilid 4 edition, Beirut: Dār Ṣādir, 1994.

----, *Lisān al-‘Arab*, Jilid 1 edition, Beirut: Dār Ṣādir, 1994.

----, *Lisān al-‘Arab*, Jilid 11 edition, Beirut: Dār Ṣādir, 1994.

----, *Lisān al-‘Arab*, Jilid 2 edition, Beirut: Dār Ṣādir, 1994.

----, *Lisān al-‘Arab*, Jilid 12 edition, Beirut: Dār Ṣādir, 1994.

- , *Lisān al-‘Arab*, Jilid 6 edition, Beirut: Dār Ṣādir, 1994.
- , *Lisān al-‘Arab*, Jilid 14 edition, Beirut: Dār Ṣādir, 1994.
- , *Lisān al-‘Arab*, Jilid 15 edition, Beirut: Dār Ṣādir, 1994.
- , *Lisān al-‘Arab*, Jilid 7 edition, Beirut: Dār Ṣādir, 1994.
- , *Lisān al-‘Arab*, Jilid 13 edition, Beirut: Dār Ṣādir, 1994.
- , *Lisān al-‘Arab*, Jilid 5 edition, Beirut: Dār Ṣādir, 1994.
- , *Lisān al-‘Arab*, Jilid 3 edition, Beirut: Dār Ṣādir, 1994.
- Ike, Kevin G... et al., “Social Withdrawal: An Initially Adaptive Behavior that Becomes Maladaptive when Expressed Excessively”, *Elsevier*, 2020.
- Ilmiati, Baiq Fahmi et al., “Pengaruh Perceived Threat dan Perceived Efficacy terhadap Intention to Comply Preventive Behavior dalam Pemasaran Sosial Covid-19”, *Jurnal Sosial Ekonomi dan Humaniora*, vol. 8, no. 2, 2022.
- Insanissa’adah, Mar’atul and Sabila Phutri Balqis, “Keteladanan Rumah Tangga Maryam (Analisis Tematik terhadap Nilai-Nilai Kehidupan Keluarga)”, *Wahyain: Journal of Quranic Sociology and Hadith*, vol. 1, no. 1, 2025.
- “Introduction to Kiddushin and Nissuin”, *Yahadut.org*, <https://yahadut.org/en/family/the-wedding/the-badeken/>,

accessed 19 Jul 2026.

Irfansyah, “Reinterpretasi QS. An-Nur[24]:23-26 Perspektif Ma’na cum Magza”, UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta, 2023.

Ishaq, Ibnu and Ibnu Hisyam, *Sirah Nabawiyah: Sejarah Lengkap Kehidupan Rasulullah saw*, Jakarta: Akbar Media, 2013.

Jabal, Muḥammad Ḥasan Ḥasan, *Mu’jam al-Isyitiqāq al-Mu’aṣṣal li Alfāz al-Qur’ān al-Karīm*, Jilid 1 edition, Kairo: Maktabah al-Ādāb, 2010.

----, *Mu’jam al-Isyitiqāq al-Mu’aṣṣal li Alfāz al-Qur’ān al-Karīm*, Jilid 4 edition, Kairo: Maktabah al-Ādāb, 2010.

----, *Mu’jam al-Isyitiqāq al-Mu’aṣṣal li Alfāz al-Qur’ān al-Karīm*, Jilid 3 edition, Kairo: Maktabah al-Ādāb, 2010.

----, *Mu’jam al-Isyitiqāq al-Mu’aṣṣal li Alfāz al-Qur’ān al-Karīm*, Jilid 2 edition, Kairo: Maktabah al-Ādāb, 2010.

Jarrar, Qais et al., “Anxiolytic Effect of Ethanolic Extract of Medjool Dates of Phoenix Dactylifera in Mice”, *Jordan Journal of Pharmaceutical Sciences*, vol. 16, no. 1, 2023.

Kartini, Titin, Dudy Imanuddin, and Encep Taufiq, “Bimbingan Konseling Individu Mengatasi Regulasi Emosi Negatif

Pada Remaja Fatherless”, *Irsyad: Jurnal Bimbingan, Penyuluhan, Konseling, dan Psikoterapi Islam*, vol. 11, no. 2, 2023.

Kriyantono, Rachmat, *Teknik Praktis Riset Komunikasi Kuantitatif dan Kualitatif: Disertai Contoh Praktik Skripsi, Tesis dan Disertasi Riset Media, Public Relations, Adversiting, Komunikasi Organisasi, Komunikasi Pemasaran*, Jakarta: Kencana, 2019.

Lajintak, Alexander T. et al., “Self Talk: An Interdisciplinary Review and Transdisciplinary Model”, *Sage*, vol. 27, no. 4, 2023.

Latifah, Nurul, “Analisis dan Penanganan Perilaku Menarik Diri (Withdrawal) pada Siswa Pendidikan Menengah Kejuruan”, *Jurnal Pendidikan Dasar dan Menengah (Dikdasmn)*, vol. 3, no. 3, 2024.

Lazarus, Richard S. and Susan Folkman, *Stress, Appraisal, and Coping*, New York edition, Springer Publishing Company, 1984.

Lubis, Ayu Hayati, Firman, and Netrawati, “resiliensi: Kemampuan Beradaptasi dan Bertahan Dalam Menghadapi Tantangan Hidup Yang Sulit”, *Jurnal Pendidikan Sosial dan Konseling*, vol. 2, no. 3, 2024.

- “Lukas 1: 26: Alkitab Terjemahan Baru”, *Jakarta: Lembaga Alkitab Indonesia*, 1974.
- “Lukas 1: 34: Alkitab Terjemahan Baru”, *Jakarta: Lembaga Alkitab Indonesia*, 1974.
- “Lukas 1: 39: Alkitab Terjemahan Baru”, *Jakarta: Lembaga Alkitab Indonesia*, 1974.
- Manalu, Nimrot et al., “Kontribusi Pola Hidup Sehat Terhadap Kecepatan Pemulihan Setelah Latihan Berat”, *Pendas : Jurnal Ilmiah Pendidikan Dasar*, vol. 10, no. 3, 2025.
- Maria, Susanti et al., “Makna Diam Sebagai Komunikasi Nonverbal Mahasiswa Semester Akhir dalam Stres Akademik: Fenomenologi”, *Jurnal Studi Multidisipliner Berkelanjutan*, vol. 10, no. 6, 2026.
- Masrur, Muhammad Shodiq, “Pendidikan Pranatal Perspektif Islam dari Kisah Maryam”, *Journal of Islamic Education Research*, vol. 2, no. 1, 2021.
- Masrur, Muhammad Shodiq and Azka Salsabila, *Peran Agama dalam Kesehatan Mental Perspektif Al-Qur'an pada kisah Maryam binti Imran*, vol. 3, no. 1, 2021.
- “Matius 1: 18-19: Alkitab Terjemahan Baru”, *Jakarta: Lembaga Alkitab Indonesia*, 1974.

- Maulana, Irfan Rizky, “Wanita Mulia dalam Al-Qur’an: Tafsir Tematik Surat Maryam”, *Tafakkur: Jurnal Ilmu Al-Qur’an dan Tafsir*, vol. 5, no. 2, 2025.
- Najah, Vina Fatihatun, “Strategi Koping Pelampiasan Stres pada Mahasiswa Rantau”, *Commsphere: Jurnal Ilmu Komunikasi*, vol. 2, no. 2, 2024.
- Ningsih, Nisa Kartika, “Pengaruh Konsumsi Makanan dan Pola Istirahat Terhadap Produksi ASI Pada Ibu Pasca Melahirkan Di Kelurahan Talang Bakung”, *Midwifery Health Journal*, vol. 7, no. 2, 2022.
- Palinggi, Gloria et al., “Pendekatan Pastoral Konseling Untuk Membangun Ketahanan Mental dalam Masa Krisis Berdasarkan Ajaran Yesaya 41:10”, *HUMANITIS: Jurnal Humaniora, Sosial dan Bisnis*, vol. 3, no. 5, 2025.
- Pamungkas, Achmad Firman et al., “The Figure of Maryam in the Narrative of Revelation: A Historical and Cultural Study of the Role of Women in Global Islamic Civilization”, *Proceedings of International Conference on Islamic Civilization and Humanities*, vol. 3, 2025.
- Pargament, Kenneth I. et al., “Patterns of Positive and Negative Religious Coping with Major Life Stressors”, *Journal for the Scientific Study of Religion*, vol. 37, no. 4, 1998.

- Patrin, Tiara et al., “Ketentuan Qadha dan Qadar dalam Perspektif Al-Qur’an Surah Al-Ra’d ayat 8 dan 111”, *Jurnal Ilmu Sosial dan Humaniora*, vol. 1, no. 2, 2025.
- Perdana, Tazkia Anugraheni, “Kontekstualisasi Kisah Maryam di Dalam Al-Qur’an Sebagai Basis Teladan Generasi Muda Muslim Era Kontemporer”, *Taqaddumi: Journal of Qur’an and Hadith Studies*, vol. 1, no. 1, 2021.
- Pitaloka, Laurentia Chezary Tito and Henny Christine Mamahit, “Problem Focused Coping pada Mahasiswa Aktif Fakultas Pendidikan dan Bahasa Universitas Katolik Indonesia Atma Jaya Jakarta”, *Jurnal Konseling Indonesia*, vol. 6, no. 2, 2021.
- Prasetyo, Moh. Henri and Ratna Ningsih, “Studi Analisis Percakapan: Diam sebagai Strategi Bahasa Siswa di Kelas”, *Eufemia: Journal of Indonesian Language and Literature Education*, vol. 1, no. 1, 2026.
- Putri, Anggun Pratama, Dita Rahma Rizbiyanti, and Betty Tresnawaty, “Fenomena Validasi Digital: Analisis Korelasi Antara Keterlibatan Media Sosial dan Tendensi Narcissistic Personality pada Generasi Z”, *JIVA: Journal of Behaviour and Mental Health*, vol. 6, no. 1, 2025.
- Qudsy, Saifuddin Zuhri et al., *Lebih Dekat Dengan Ma’na cum Magza Sahiron Syamsuddin*, ed. by Mahbub Ghazali,

Yogyakarta: SUKA Press, 2022.

Qutb, Sayyid, *Fi Zhilalil Qur'an*, Jilid 7 edition, ed. by As'ad Yasin and dkk, Jakarta: Gema Insani Press, 2001.

Rahmawati, Nurul, Misrawati, and Arneliwati, "Hubungan Karakteristik Ibu Postpartum terhadap Kelelahan", *JETISH: Journal of Education Technology Information Social Sciences and Health*, vol. 3, no. 1, 2024.

Ramadani, M. Rizk., "Kritik Perilaku Konsumtif pada QS. AL-A'raf [7]: 28-31 Pendekatan Ma'na cum Magza", UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta, 2025.

Ramadhan, M. Habib Ismail et al., "Mengidentifikasi Kisah-Kisah Dalam Al-Qur'an dan Menemukan Hikmah di Dalamnya Menurut Ulama Manna al Qattan", *Tabsyir: Jurnal Dakwah dan Sosial Humaniora*, vol. 4, no. 3, 2023.

Robi'ah and Riki Astafi, "Konsep Pendidikan Anak dalam Keluarga Single Parent Berdasarkan Kajian Kisah Maryam dan Isa dalam Surat Maryam Ayat 16-40", *EKOMA: Jurnal Ekonomi, Manajemen, Akutansi*, vol. 3, no. 3, 2024.

Rohmah, Miftahur, "Penafsiran QS. An-Nahl [16]: 43-44 Perspektif Hermeneutika ma'na cum magza", UIN Sunan Kaligaja Yogyakarta, 2023.

SABDA Remaja, *Seandainya Yusuf Menceraikan Maria*, 2014,

<https://remaja.sabda.org/seandainya-yusuf-menceraikan-maria>, accessed 19 Jul 2026.

Şāfi, Maḥmūd, *al-Jadwal fī I'rāb al-Qur'ān wa Şarfihī wa Bayānihī*, Jilid 8 edition, Beirut: Mu'assasah al-Īmān, 1995.

Salami, Salami, Annisa Ayu Muvira, and Perla Yualita, “Studi Kualitatif Strategi Koping Penderita HIV/AIDS di Kota Bandung”, *Faletehan Health Journal*, vol. 8, no. 1, 2021.

Salsabila, Frisca, Arfiza Ridwan, and T. Samsu. Alam, “Hubungan Stres Akademik dengan Pola Makan Mahasiswa Tugas Akhir Pada Fakultas Keperawatan Universitas Syiah Kuala”, *Indonesian Journal Of Professional Nursing*, vol. 7, no. 1, 2026.

Sari, Esa Lupita and Lista Widyastuti, “Penghakiman Sepihak Melalui Media Sosial Dalam Persepsi Kebinekaan dan Hak Asasi Manusia”, *Majalah Hukum Nasional*, vol. 51, no. 2, 2021.

Sari, Mena, Julian Chandra, and Machfud, “Pengaruh Media Sosial terhadap Komunikasi Organisasi: Studi Kasus pada Manajemen Krisis”, *Jurnal Kolaboratif Sains*, vol. 8, no. 1, 2025.

Shihab, M. Quraish, *Tafsir Al-Misbah: Pesan, Kesan dan Keserasian Al-Qur'an*, Jilid 8 edition, Jakarta: Lentera

Hati, 2002.

Sitanggang, Yohana Agustina and Tiara Lani, “Hubungan Strategi Koping Keluarga dengan Kemampuan Merawat Pasien Gangguan Jiwa”, *Jurnal Ilmu Kesehatan Insan Sehat*, vol. 13, no. 1, 2025.

Stone, Arthur A. et al., “Conceptual and Methodological Issues in Current Coping Assessments”, in *Personal Coping: Theory, Research, and Application*, ed. by Bruce N. Carpenter, Westport: Praeger, 1992, pp. 15–29.

“Strong’s Greek 1165: δειγματίζω (deigmatizō)”, *Yayasan Lembaga SABDA*, <https://alkitab.sabda.org/strong.php?id=1165>, accessed 19 Jul 2026.

Subroto, Mitro and Muhammad Saddam Aliyandra, “Peran Masyarakat Dalam Mencegah Dampak Buru Stigma Sosial Terhadap Anak Binaan Permasyarakatan”, *Jurnal Ilmiah Kesehatan Masyarakat dan Sosial*, vol. 2, no. 4, 2024.

Sugiyono, *Metode Penelitian Bisnis*, XV, Bandung: Alfabeta, 2010.

----, *Metode Penelitian Kualitatif: Pendekatan Kuantitatif Kualitatif dan R&D*, Bandung: Alfabeta, 2017.

Sumiati and Danial, “Bullying dalam Penafsiran QS. AL-

Hujurat [49]: 11 perspektif ma'na cum magza", *El-Maqra: Tafsir, Hadis dan Teologi*, vol. 2, no. 2, 2022.

Sunaniah et al., "Judgemental Society: Penghakiman di Media Sosial", *Jurnal Masyarakat Maritim*, vol. 8, no. 1, 2024.

Syamsuddin, Sahiron, *Hermeneutika dan Pengembangan Ulumul Qur'an (Edisi Revisi dan Perluasan)*, Yogyakarta: Pesantren Nawasea Press, 2017.

----, *Ma'na-Cum-Magza atas Al-Qur'an dan Hadis: Menjawab Problematika Sosial Keagamaan di Era Kontemporer*, Yogyakarta: AIAT dan Lembaga Ladang Kata, 2020.

----, *Pendekatan Ma'na cum Magza atas Al-Qur'an: Paradigma Prinsip dan Metode Penafsiran, Pidato Pengukuhan Guru Besar Dalam Bidang Ilmu Tafsir*, Yogyakarta: UIN Sunan Kalijaga, 2022.

----, "pendekatan Ma'na-cum-Maghza: Paradigma, Prinsip, dan Metode Penafsiran", *Nun: Jurnal Studi Al-Qur'an dan Tafsir di NusantaraJurnal*, vol. 8, no. 2, 2022 [<https://doi.org/10.32495/nun.v8i2.428>].

----, "Pendekatan Ma'na-cum-Maghza: Paradigma, Prinsip dan Metode Penafsiran", *Nun: Jurnal Studi Al-Qur'an dan Tafsir di Nusantara*, vol. 8, no. 2, 2022.

----, *Aplikasi Pendekatan Ma'na cum Magza Atas Ayat-Ayat Al-*

Qur'an, ed. by Mahbub Ghazali and Abdul Muiz Amir,
Bantul: Baitul Hikmah Press, 2024.

Tamima, Rahim, “Strategi Dakwah Nabi Muhammad saw di Makkah”, *JUANGA: Jurnal Agama dan Ilmu Pengetahuan*, vol. 10, no. 2, 2024.

“TIPS: Luke 1:34”, *Yayasan Lembaga SABDA*.

“Tradisi Pernikahan Yahudi”, *GotQuestions Indonesia*,
<https://www.gotquestions.org/Indonesia/Tradisi-pernikahan-Yahudi.html>, accessed 19 Jul 2026.

Wen li, Wendi et al., “Prevalence of Experiencing Publik Humiliation and its Effect on victims’ Mental Health: A Systematic review and Meta-Analysis”, *Journal of Pacific Rim Psychology*, vol. 18, 2024.

Wibisono, Dermawan, *Riset Bisnis: Panduan Bagi Praktisi dan Akademisi*, Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama, 2003.

Yayasan Lembaga SABDA, *Strong’s Greek 4710: σπουδή (spoudē)*,
<https://alkitab.sabda.org/strong.php?id=4710>,
accessed 19 Jul 2026.